

La philosophie comme mode de vie chez Pierre Hadot

Daniel DESROCHES

Pour citer cet article :

DESROCHES, D., La philosophie comme mode de vie chez Pierre Hadot, *Encyclopédie de l'Agora*,
Grandes questions, Dossier thématique, première version : juillet 2011, 1-28.

La reproduction ou représentation de cet article, notamment par photocopie, n'est autorisée que dans les limites des conditions générales d'utilisation du site ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Toute autre reproduction ou représentation, en tout ou partie, sous quelque forme que ce soit, est interdite sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur au Québec. La reproduction doit obligatoirement mentionner l'éditeur, le nom de l'Encyclopédie, l'auteur de l'article et la référence complète du document. Il doit être précisé ici que son stockage dans une base de données est également interdit.

La philosophie comme mode de vie chez Pierre Hadot

Daniel DESROCHES ¹

Je veux dire, donc, que le discours philosophique doit être compris dans la perspective du mode de vie dont il est à la fois le moyen et l'expression et, en conséquence, que la philosophie est bien avant tout une manière de vivre, mais qui est étroitement liée au discours philosophique.

HADOT, *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 19

On conçoit souvent la philosophie comme la discussion de textes savants, comme l'élaboration de systèmes ou de doctrines abstraites, bref comme une succession de conceptions théoriques. Pourtant, l'examen attentif des textes anciens par l'helléniste Pierre Hadot (1922-2010) a bien montré que la signification première de la philosophie antique réside dans un choix de vie formé d'exercices, c'est-à-dire dans la pratique d'un mode de vie. Si la découverte récente de la vie philosophique par Hadot a donné lieu à un nouveau regard sur la philosophie antique en France et à l'étranger, il est maintenant permis de penser qu'elle préfigure peut-être un mouvement philosophique plus profond.

Cet article présente la philosophie comme mode de vie en considérant : 1) l'origine de cette expression dans les travaux de Hadot; 2) les trois dimensions d'«une philosophie comme mode de vie»; 3) la philosophie comme mode de vie dans les écoles antiques; 4) l'appropriation des exercices spirituels par le christianisme selon les recherches de Hadot; 5) le prolongement des exercices antiques dans la vie philosophique moderne et 6) le défi d'actualiser la philosophie comme mode de vie à partir de l'approche de Hadot.

L'origine de cette expression et les méprises fréquentes

L'expression «philosophie comme mode de vie» paraît très récente. En français, il n'est pas certain qu'on la retrouve avant son emploi comme sous-titre de la seconde partie du livre *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, un livre publié par Pierre Hadot en 1995². En anglais, la formule «philosophy as a way of life» est utilisée la même année comme titre de la traduction partielle³ du recueil intitulé *Exercices spirituels et philosophie antique*⁴. Or l'idée maîtresse de l'helléniste Hadot, selon laquelle la philosophie antique consistait dans le choix d'un «mode de vie», s'atteste à partir de la leçon inaugurale prononcée au Collège de France en 1983⁵. Cependant, la redécouverte du phénomène général de la «philosophie comme manière de vivre», selon le titre donné aux entretiens accordés par Hadot en 2001⁶, est antérieure à cette période. Si on laisse en plan l'intérêt de jeunesse que portait Hadot à la mystique⁷, l'étude de la philosophie comme discipline spirituelle remonterait à un article portant sur l'exercice de la physique chez Marc Aurèle en 1972⁸, un article qui fut intégré, en 1981, au recueil *Exercices spirituels et philosophie antique*. Ajoutons enfin que durant l'intervalle, notamment à partir du livre de son épouse et de ses entretiens avec elle, Hadot rédigeait un article liminaire intitulé «Exercices spirituels» qui paraissait dans la «V^e section» de l'*Annuaire de l'École pratique des hautes études*⁹.

Enfin, la redécouverte de l'importance des exercices spirituels en philosophie antique revient probablement à l'helléniste allemand Paul Rabbow qui, au début du XX^e siècle, s'intéressait déjà à la conduite de l'âme chez les Grecs anciens. Cependant, c'est dans son *Seelenführung: Methodik der Exerzitionen in der Antike*, paru à Munich en 1954¹⁰, qu'il démontre que les exercices spirituels de Saint Ignace de Loyola¹¹ trouvent leur source dans la tradition antique. Si la lecture de Rabbow exerça une influence très profonde sur Pierre Hadot, il ne faudrait pas méconnaître le fait que la thèse de son épouse Ilsetraut Hadot, *Seneca und die griechisch-römische Tradition der Seelenleitung*, éditée à Berlin en 1969¹², s'inscrivait déjà dans le même type de préoccupation.

Avant de présenter la philosophie comme mode de vie, il faut écarter quatre méprises fréquentes. D'abord, l'expression ne renvoie à aucun courant de pensée en particulier : la philosophie comme mode de vie décrit ce qui appartient à tous. Elle désigne ainsi le phénomène culturel complexe à la source de ce que nous appelons la «philosophie». De ce point de vue, toutefois, la formule devient tautologique et presque insignifiante. En effet, l'idée d'un *mode de vie* ajoute peu à la signification première du mot *philosophie*, car la philosophie antique s'est d'abord comprise comme une manière de vivre, à savoir comme une vie orientée vers la *sophia*. C'est d'ailleurs pourquoi on ne peut utiliser cette expression aujourd'hui que dans une culture pour laquelle le «discours philosophique» est devenu «autonome», un discours souvent confondu avec la philosophie elle-même. Dans ce cas, l'expression signifie qu'il existe une approche en philosophie qui accorde la primauté à la vie philosophique par rapport au discours sur la philosophie. Pourtant, il n'y a pas lieu d'opposer radicalement le discours philosophique et le mode de vie, car «la philosophie est bien avant tout une manière de vivre, rappelait Hadot, mais qui est étroitement liée au discours philosophique»¹³. Toutefois, comme il l'affirmait ailleurs, il y a bien une rupture entre les deux ordres : «Vivre réellement en philosophe correspond à un ordre de réalité totalement différent de celui du discours philosophique.»¹⁴

Ensuite, il ne faut surtout pas confondre la philosophie comme mode de vie avec la «philosophie de la vie» (Bergson) ou la *Lebensphilosophie* (Nietzsche, Dilthey, Simmel). En effet, le courant vitaliste qui émergea au cours du XIX^e siècle ne décrivait pas la vie philosophique mais plutôt les processus biologiques à la source de l'expérience vécue.

En outre, si la philosophie comme mode de vie bénéficie d'un ancrage profond dans les exercices spirituels, si son origine est contemporaine des purifications religieuses¹⁵ et des pratiques corporelles associées au yoga¹⁶, et si, aux premiers siècles, une frange du christianisme intègre à son genre d'existence des pratiques antiques, la philosophie comme mode de vie, *en tant que telle*, n'est pas assimilable à la religion. En effet, la philosophie comme mode de vie est d'abord un phénomène de culture grecque qui ne pouvait entrer en concurrence ni avec la religion populaire¹⁷ ni avec le christianisme¹⁸.

Enfin, s'il a existé une «philosophie cosmique» à l'époque de Kant, une «philosophie mondaine», il n'y a pourtant pas lieu de réduire la philosophie comme mode de vie à une «philosophie populaire»¹⁹ qui s'adresserait à tous, se confondant désormais avec une nouvelle «philosophie de la vie». Si la philosophie comme mode de vie n'a pas comme projet de rendre la philosophie plus populaire, ce qu'elle décrit peut toutefois lui conférer une certaine popularité auprès de ceux qui aspirent à retrouver la signification première de l'expérience philosophique.

Les dimensions²⁰ d'une philosophie comme mode de vie

Qu'est-ce qu'une «philosophie comme mode de vie» ? Pour répondre à cette question, il sera utile de distinguer d'abord les trois grandes dimensions du phénomène complexe que l'on cherche à décrire. En s'inspirant librement de l'introduction de *Qu'est-ce que la philosophie antique ?*, on peut dégager trois dimensions propres à la vie philosophique, des traits constitutifs que l'on retrouvera ensuite dans les grandes écoles antiques, soit le socratisme, le cynisme, le scepticisme, l'épicurisme et le stoïcisme. Or quelles sont ces trois dimensions constitutives? Premièrement, la philosophie antique se présentait comme un *choix de vie*, le choix d'une manière de vivre propre qui constituait une option existentielle parmi d'autres. Deuxièmement, ce choix de vie s'incarnait dans une règle de vie formée d'*exercices spirituels*, c'est-à-dire de pratiques personnelles destinées à opérer une transformation de soi. Troisièmement, ce mode de vie se prolongeait par un ensemble de pratiques discursives, c'est-à-dire par *l'usage de discours* en accord avec ce choix préalable; il s'agissait, le plus souvent, de discours rationnels de justification de l'option existentielle choisie et de discours visant l'appropriation personnelle de la règle de vie. Il faut approfondir ces trois dimensions avant de décrire les principales écoles.

1) Sauf à de rares exceptions, l'expérience philosophique débutait dans une école, dans une communauté de vie pour laquelle le choix d'une manière de vivre exigeait une conversion, un retournement ou un changement de direction²¹. Si les écoles s'opposent sur certains points, elles partagent toutes la conviction que la philosophie se reconnaît à un genre d'existence radicalement autre. C'est ce choix de vie qui distinguait, d'une part, la vie philosophique des autres manières de vivre et, d'autre part, les écoles entre elles.

Or le choix d'un type d'existence philosophique était lui-même déterminé par le choix d'un bien propre, d'un souverain bien. C'est dans le choix de ce bien propre que réside la valeur fondamentale qui orientera la vie philosophique. Celui-ci pouvait consister dans la vertu morale, l'autarcie, l'ataraxie, l'apathie, etc. Si le choix de ce bien permettait de guider toute la vie philosophique, c'est parce qu'il était aussi conçu à la manière d'un remède que l'on prescrit pour se prémunir contre les malheurs humains, tels la peur de la mort, l'esclavage du désir, la souffrance, les fausses opinions, etc. La philosophie antique se présentait alors comme une thérapeutique de l'âme²². Enfin, ce choix de vie comportait une exigence normative, car il aspirait à la *sophia* conçue comme une fin, un idéal de perfection spirituelle. C'est ainsi que la conversion était inséparable d'un désir de sagesse ou de l'imitation d'un maître de vie comme Pythagore, Socrate ou Épicure.²³

La thèse principale de Hadot est que le discours philosophique fait partie d'un mode de vie ou, plus précisément, que le discours philosophique antique a son origine dans une manière de vivre déterminée²⁴. Cette dimension existentielle, si éloignée de notre conception actuelle, était le socle commun de toutes les écoles antiques. «Pour mieux comprendre, écrivait Hadot, il faut peut-être faire appel à la distinction que proposaient les stoïciens entre le discours sur la philosophie et la philosophie elle-même. Selon les stoïciens, les parties de la philosophie, c'est-à-dire la physique, l'éthique et la logique étaient [...] des parties du discours philosophique. Mais la philosophie elle-même, c'est-à-dire le mode de vie philosophique, n'est plus une théorie divisée en parties mais un acte unique qui consiste à vivre la logique, la physique et l'éthique.»²⁵

2) La vie philosophique correspondait à la mise en œuvre d'un ensemble d'exercices spirituels, car c'est par ceux-ci qu'il devient possible de se rapprocher de l'idéal visé en transformant progressivement l'expérience vécue. Hadot s'est expliqué longuement sur le choix de l'expression «exercices spirituels» pour caractériser les pratiques antiques, qu'il oppose aux pratiques «de soi» décrites par Foucault²⁶. Chez lui, l'exercice spirituel est défini comme une «pratique destinée à opérer une transformation de l'individu»²⁷.

Nous ne disposons que de listes partielles de ces exercices, mais nous savons qu'ils étaient très variés et qu'ils étaient pratiqués seul, avec le maître ou avec un conseiller d'existence. Il y avait, par exemples, des pratiques corporelles, comme l'abstinence, les épreuves d'endurance visant la maîtrise de soi; il y avait des ascèses mentales, comme la maîtrise des représentations, la préméditation des maux, la méditation contemplative, l'exercice de la mort et l'examen de conscience; enfin, il y avait des pratiques mixtes comme le dialogue, l'écoute, l'écriture et la mémorisation de notes personnelles. Selon la typologie de Hadot, on peut les répartir en trois classes: les exercices de conformité à la nature, les exercices impliquant des relations sociales et les exercices personnels²⁸.

Si le cas d'Aristote, dont la métaphysique valorise la connaissance pour elle-même, semble résister à l'analyse²⁹, Hadot n'hésite jamais à dire que c'est toute la philosophie antique qui est exercice spirituel, parce que même la plus haute *theoria*, le point de vue contemplatif de la métaphysique, peut servir la *praxis*, celle du détachement³⁰. Influencé par le stoïcisme et les *Pensées* de Marc Aurèle, l'exercice par excellence serait celui qui permet d'adopter le «point de vue d'en haut»; il s'agit d'une méditation contemplative par laquelle le philosophe adopte une perspective universelle³¹. Enfin, et d'une manière générale chez Hadot, l'activité philosophique peut être décrite comme une conversion du regard ou une transformation de l'attitude naturelle qui traduit un changement radical dans la manière d'être et de percevoir le monde³². Nous y reviendrons en conclusion.

3) Certes, la pratique de la vie philosophique n'allait pas sans l'usage de discours. Si le rôle et la place des *logoï* variaient selon les écoles, certaines le développant tandis que d'autres le réduisait ou le suspendait, celui-ci servait généralement à justifier une option existentielle. C'est en ce sens que le discours était subordonné au choix de vie. Outre la justification, on notera aussi que l'introduction à la vie philosophique elle-même exigeait un discours de type *psychagogique*, c'est-à-dire un discours destiné à former un disciple ou devant permettre la conduite de son âme. Enfin, il y avait un troisième trait important : la pratique du discours permettait de s'approprier la règle de vie choisie afin de transformer son existence. De ce point de vue, le discours obéissait à une fonction pragmatique indépendante de la recherche de la connaissance. L'idée qu'il existe une «pragmatique» du discours philosophique trouve un appui solide chez Hadot, car celui-ci estimait que l'écrit ancien doit toujours être interprété dans la perspective de l'effet qu'il veut produire sur le destinataire et non comme la justification abstraite d'une théorie³³.

Si Socrate, Diogène et Pyrrhon n'ont pas écrit, justifiant leur vie philosophique par un usage direct de la parole et des actes mémorables, le discours écrit était utilisé par les académiciens, les épicuriens et les stoïciens. Sous forme d'exhortations³⁴, de lettres³⁵ et de traités, le discours rationnel servait le plus souvent à justifier une option existentielle afin de lui procurer une assise «inébranlable»³⁶. En ce sens, même la recherche de la connaissance la plus exigeante se rapportait au mode de vie que l'on voulait justifier.

Certes, les philosophes ne faisaient pas usage du discours dans le seul souci de le développer, car l'élaboration d'un tel discours, sans chercher à le mettre en accord avec sa propre vie, était essentiellement l'affaire des sophistes³⁷. Qui plus est, le choix de vie philosophique pouvait même interdire un tel rapport au *logos*. C'était le cas, notamment, des cyniques et des sceptiques qui pratiquaient une réduction volontaire du discours ; les premiers, parce qu'ils illustraient leur vertu héroïque par la voie courte des actes, tout en s'opposant à la dialectique et à la *paideia* et, les seconds, parce qu'ils estimaient que l'ataraxie s'obtient par une purgation des opinions, par la suspension du jugement.

Quant aux discours de formation spirituelle, on songera d'abord à la dialectique. C'est que la pratique de la discussion servait autant d'ascèse éthique que d'examen logique des hypothèses. Par le jeu du dialogue et le détachement des intérêts qu'il implique, le mouvement de formation spirituelle du disciple s'effectuait sous l'autorité du *logos*, étant l'effet produit par celui-ci. Or l'effet *psychagogique* ne pourra pas se produire, dans un dialogue de Platon par exemple, si l'on s'attarde aux seuls arguments plutôt qu'au jeu dialectique par lequel l'auditeur se trouve mis en question lui-même par la discussion. Si le discours de la philosophie antique n'aspirait pas à *informer* des lecteurs, explique Hadot, c'est parce qu'il visait d'abord à *former* un disciple, bref il n'était pas simplement informatif, comme il l'est devenu aujourd'hui, mais de part en part pragmatique³⁸.

À propos des discours d'appropriation, on en trouvera un exemple chez les stoïciens. Si l'exhortation justifiait une option existentielle et que le dialogue servait la formation, les *hypomnêmata*, eux, étaient exclusivement consacrés à l'appropriation d'une règle de vie. Ces carnets de notes qu'il était commode d'avoir à sa disposition en toute situation, permettaient de se remémorer la doctrine philosophique afin d'adopter l'attitude requise face aux événements. Ces écrits personnels, qui mettaient en forme un matériel divers, servaient aussi la méditation quotidienne. Toujours «sous la main», ils étaient plus qu'un simple «support de mémoire»³⁹. Comme on le sait, le *Manuel* d'Épictète, rédigé par son disciple Arrien⁴⁰, et les *Pensées* de Marc Aurèle⁴¹ appartiennent à ces *hypomnêmata*. Quant aux *Lettres* de Sénèque⁴², elles puisent à même de semblables carnets de notes.

Ces considérations sur la dimension discursive du mode de vie philosophique montre que le discours de justification rationnelle, à savoir l'argumentation, n'était probablement pas autonome en philosophie antique, car celle-ci était en grande partie subordonnée à une option existentielle ainsi qu'à une visée *pragmatique*. Cela est confirmé par Voelke qui a bien montré, en vertu de la distinction que l'on peut établir entre la force et la vérité d'un discours, que le «pouvoir d'agir» du discours détermine sa «capacité à intéresser la raison»⁴³. Par voie de conséquence, la philosophie ne peut demeurer indifférente à la capacité de son discours à intéresser le sujet éthique. Cette dimension pragmatique, qui se trouvait au cœur de l'éthique antique, a été mise en évidence par Foucault. Dans le cadre d'une recherche portant sur la constitution du sujet éthique, ce dernier a dégagé la portée «éthopoétique» de certains énoncés, soit leur capacité à modifier les dispositions du sujet ou à traduire la vérité du maître d'existence en manière d'être chez le disciple⁴⁴.

En terminant, la présentation des trois dimensions du mode de vie philosophique ne nous dispense pas d'étudier les écoles elles-mêmes. Dans la section suivante, l'examen des principales écoles antiques permettra d'identifier: 1) l'option existentielle choisie, 2) les principaux exercices et 3) l'usage du discours ou la principale pratique discursive.

La philosophie comme mode de vie dans les écoles antiques

Selon ce qui vient d'être présenté, pour qu'une philosophie mérite pleinement le nom de *philosophie comme mode de vie*, celle-ci doit comporter une option existentielle justifiée, un ensemble de pratiques ou d'exercices philosophiques ainsi qu'un usage du discours en accord avec la valeur fondamentale qui oriente la vie philosophique. La présentation des écoles antiques qui suit répondra exactement à cette exigence.

Le socratisme

Évidemment, le problème de savoir quelles étaient les idées philosophiques du Socrate historique sera toujours insoluble⁴⁵, car il n'y a pas un seul «Socrate», mais plutôt des descriptions rivales et contradictoires de l'activité de ce philosophe. Quoi qu'il en soit, quelle était la pratique philosophique de Socrate, le seul philosophe dont la sagesse fut reconnue par toutes les écoles de l'Antiquité et le précurseur d'un mode de vie dont se réclameront bientôt ceux qui furent appelés les petits et les grands socratiques?⁴⁶ Pour le savoir, on consultera d'abord le témoignage de ceux qui ont rapporté la défense de Socrate lors d'un procès intenté contre lui. C'est grâce aux témoignages de Platon et de Xénophon que pourront être précisés les maux à éviter, le bien à rechercher ainsi que les principales pratiques qui permirent à Socrate de vivre et de mourir en philosophe.

Le socratisme a son départ dans les actions de chacun, car celles-ci impliquent des valeurs qui, le plus souvent, sont ignorées. Ce point de départ est associé à l'Oracle de Delphes qui, de manière détournée, aurait exigé que Socrate examine ses concitoyens. Or pourquoi cet examen? Pour les aider à prendre conscience de leur situation morale, c'est-à-dire de l'ignorance des valeurs à la base de leurs actions. En effet, la découverte de Socrate c'est qu'il existe une ignorance plus grave que l'ignorance elle-même, c'est l'ignorance ignorée de sa propre situation morale, car c'est celle-ci qui nous empêche de chercher à devenir meilleur, plus vertueux. C'est ainsi que l'énoncé «nul ne fait le mal volontairement» reçoit un sens pratique et non théorique: il dispose Socrate à se soucier d'autrui. Aux yeux de Socrate, la cause du malheur humain serait l'insouciance morale à la source des contradictions qui opposent les valeurs sur lesquelles reposent nos actes.

Si le socratique reconnaît que la cause du mal c'est l'insouciance, il affirme par le fait même que la valeur par excellence est le souci de soi. C'est ainsi que Socrate accordait la primauté au soin de l'âme plutôt qu'aux biens extérieurs⁴⁷. La vertu relevant de l'âme, la mort n'est donc pas à craindre puisqu'elle n'est pas un mal. «Pour l'homme de bien, affirme Socrate au tribunal, il n'y a aucun mal, ni pendant sa vie, ni une fois qu'il est mort»⁴⁸. Selon Socrate, il n'y a qu'un seul mal véritable, c'est la faute morale qui résulte de notre ignorance, comme il n'y a qu'un seul bien essentiel, «c'est la valeur absolue de l'intention morale.»⁴⁹ S'il en est vraiment ainsi, il faut alors examiner sa manière de vivre pour s'assurer qu'elle soit toujours inspirée par la volonté de faire le bien: seule une vie examinée, disait Socrate, vaut d'être vécue⁵⁰. Or comment parer à l'insouciance morale, comment se soucier de soi-même ?

Le remède à l'insouciance est un examen, un exercice de clarification qui permet au disciple de prendre conscience du fait qu'il ignore les valeurs qui fondent son action. Si Xénophon s'attarde à la maîtrise de soi⁵¹ de Socrate, l'*elenchos* est le principal exercice que rapporte les dialogues de Platon: «Le dialogue socratique présente *une vraie mise en jeu*, qui est cette *épreuve de vérité* que traverse celui qui s'expose aux questions de Socrate.»⁵² C'est par cette épreuve que chacun est invité à se soucier de soi-même et à se connaître soi-même. On comprend mieux pourquoi la maxime delphique «connais-toi toi-même» fut rapportée à Socrate : seule une connaissance des valeurs permet d'éviter le mal que cause la contradiction entre soi et soi-même⁵³ ainsi qu'entre soi et les autres.

Tout à l'opposé du savoir des sophistes, la vie philosophique n'est donc pas faite de discours, mais d'actes et d'épreuves. À ce propos, l'*Apologie* de Xénophon présente un Socrate qui estimait que le témoignage direct de sa vie servira mieux sa défense qu'un discours savant préparé pour l'occasion⁵⁴. Enfin, comme le rappelle Hadot, philosopher, au sens socratique, «c'est se mettre en question soi-même, parce que l'on éprouve le sentiment de ne pas être ce que l'on devrait être. Telle sera la définition du philo-sophe, de l'homme désireux de la sagesse, dans le *Banquet* de Platon.»⁵⁵ C'est la raison pour laquelle Hadot insistera toujours pour marquer la distance, presque asymptotique, qui sépare le philo-sophe de la sagesse, c'est-à-dire la distance qui sépare celui qui aspire à la sagesse du mode de vie presque divin qui apporte la tranquillité de l'âme (*sophia*)⁵⁶.

Le cynisme

Quel était le «genre de vie» des cyniques et de Diogène de Sinope, le plus célèbre des petits socratiques? Il faut dire, avant de présenter le fameux Diogène, que l'expression «petits socratiques» vient de l'option existentielle retenue par ceux qui, convaincus de la supériorité des actes sur les paroles, ont pratiqué une «voie courte» vers la vertu⁵⁷, une voie opposée à la dialectique prônée par les grands socratiques, dont celle de Platon.

Le cynisme a son départ dans les actions de chacun, des actions qui dissimulent les valeurs sociales auxquelles nous adhérons par simple conformisme. De ce point de vue, le cynisme hérite directement de Socrate qui avait pour mission d'examiner les citoyens. Toutefois, la mission de Diogène radicalise celle de Socrate en ce que celui-ci opta pour une subversion complète des valeurs traditionnelles jointe à une autarcie maximale. Le cynique rejette en fait les règles élémentaires et les conditions de la vie en société⁵⁸. On se rappelle que Diogène ne possédait qu'un bâton, une besace et un manteau. Mais pourquoi choisir un mode de vie si frugal, réduit à la seule conformité à la nature? C'est parce que les philosophes-chiens, du nom du gymnase Cynosargès où se retrouvaient les disciples d'Antisthène, ont retenu de Socrate sa capacité remarquable à se maîtriser et être auto-suffisant. Selon le cynisme, le malheur tient à la dépendance à l'égard des biens extérieurs⁵⁹ et le bien véritable à l'autarcie, à l'indépendance, bref à la liberté.

Au désir de posséder des biens extérieurs, le cynique choisira plutôt de se posséder lui-même et de réduire ses besoins à ce que lui offre la seule nature. Selon la tradition⁶⁰, Diogène ne se prive pas de dénoncer ceux qui vivent dans le luxe afin de montrer qu'ils ne sont pas des maîtres, mais d'authentiques esclaves. La philosophie du cynique est un ensemble d'exercices et d'efforts, car les commodités de la société civile affaiblissent

l'homme et le rendent servile ou esclave.⁶¹ Autarcique et meneur d'homme, le cynique propose un genre de vie naturel et simplifié qui comporte une ascèse des désirs ainsi que des épreuves athlétiques qui illustrent sa supériorité sur les conventions sociales.

Quant au discours, le cynique optera pour une réduction de celui-ci en s'exprimant de manière fort concise à l'aide de boutades et de sarcasmes. Bien qu'il n'en ait pas eu le monopole, le cynique pratique la *parrêsia*, le dire-vrai, le franc-parler en toute situation. Ne possédant rien et n'ayant rien à perdre, Diogène dira à chacun ses quatre vérités, comme il le fit pour Philippe de Macédoine et, selon Laërce, pour Alexandre le Grand⁶². En effet, lorsque le conquérant se présenta à lui dans toute sa splendeur, Diogène, au risque de sa vie, exigea que ce «faux roi»⁶³ se tasse «de son soleil», contestant dès lors l'autorité d'Alexandre et illustrant ainsi sa propre royauté. Car c'est le fait de vivre dans dénuement complet qui permet aux cyniques, tel Diogène, de vivre «une vie plus vraie», plus authentique, plus naturelle : la seule capable de vérité en acte et d'actes de vérité.

Le scepticisme

Quelle était le mode de vie de Pyrrhon, le père des sceptiques dont on raconte qu'il a été influencé par des gymnosophistes hindous, des sages nus, à l'époque où il suivit Alexandre jusqu'aux Indes?⁶⁴ Inspiré par les pratiques orientales, le scepticisme est un art de vivre qui consiste en «une indifférence parfaite à l'égard de toutes choses.»⁶⁵

Le scepticisme a son départ dans les opinions de chacun, des opinions changeantes qui redoublent notre expérience directe de la vie. Suivant le témoignage de Timon⁶⁶, le sceptique reconnaît que nous ne pouvons pas savoir si les choses qui se présentent à nous sont, en elles-mêmes, des biens ou des maux.»⁶⁷ Or comme nous n'accédons qu'aux apparences⁶⁸ de choses changeantes, instables et insaisissables, les jugements de valeurs occasionnent des troubles dans l'âme plutôt que d'offrir la quiétude. Selon le scepticisme, le malheur humain tient donc à l'attachement aux choses par l'opinion.

À cet attachement par l'opinion, qui se manifeste le plus souvent à l'insu de chacun, Pyrrhon opposait la pratique de la suspension du jugement, l'*epochè*, qui est une forme radicale de détachement ou de renoncement. Cet exercice consiste à laisser les choses se présenter d'elles-mêmes afin de les recevoir dans leur *adiaphoria*, c'est-à-dire dans leur indifférence, puis à agir en conséquence. Cette pratique conduira le sceptique au silence puis à l'ataraxie, c'est-à-dire à la quiétude, à la sérénité.

Quant à l'usage du discours, un usage nécessairement réduit, le sceptique emploiera de courtes formules frappantes afin de raffermir son choix de vie, ce sont les *phonaï*. Par exemple : «pas plus ceci que cela», «je ne définis rien», «à tout argument s'oppose un argument de force égale», etc.⁶⁹ C'est ainsi que Pyrrhon d'Élis, qui fut imprévisible dans plusieurs de ses actions, qui travaillait en toute sérénité et qui fut reconnu par ses pairs, prenait «la vie pour guide», selon la belle expression de Sextus Empiricus⁷⁰.

En somme, c'est par la pratique quotidienne de la suspension du jugement qu'il est possible d'atteindre l'*ataraxie*, la tranquillité de l'âme. N'éprouvant aucun changement de disposition, Pyrrhon demeure toujours dans le même état et n'est guère troublé par les choses extérieures ni par les autres. Le but du sceptique est de faire l'expérience de la vie elle-même plutôt que d'ajouter son avis.

L'épicurisme

L'épicurisme étant réputé pour sa quête du plaisir, quel était l'art de vivre qui prévalait au Jardin d'Épicure? Se peut-il d'abord que le «plaisir épicurien» n'ait rien à voir avec ce que nous concevons habituellement comme étant le plaisir? Car il faut savoir que les préjugés entourant l'épicurisme ne datent pas d'aujourd'hui ; Épicure lui-même rappelait, dans sa *Lettre à Ménécée*, qu'il n'est pas question du plaisir des «gens dissolus» et que le plaisir doit s'apprécier dans l'ensemble des actes, c'est-à-dire durant toute la vie.⁷¹

L'épicurisme a son départ dans l'expérience corporelle, une expérience qui procure du plaisir et de la douleur. Quelle est donc la cause des malheurs, selon cette école qui endosse le matérialisme? Puisque nous redoutons des choses qui ne sont pas données dans l'expérience, telles les dieux et la mort, et que les souffrances corporelles ne sont pas nécessaires, le malheur de l'humain vient d'un déséquilibre entre le corps et l'âme qui l'empêche de profiter de son existence. C'est pourquoi la thérapeutique épicurienne guérira les souffrances inutiles et les craintes vides afin de nous procurer l'ataraxie⁷². Bien qu'il exigerait à lui seul une longue explication, le quadruple remède de Philodème résume bien ce qu'il faut savoir pour être heureux : *les dieux ne sont pas à craindre ; la mort n'est rien pour nous, le bien est facile à acquérir ; le mal est facile à supporter*⁷³.

Selon l'épicurisme, la satisfaction d'un désir naturel procure un état de plénitude qu'il est possible de prolonger grâce à un ensemble de pratiques. La condition minimale du bonheur, observe Épicure, c'est de ne pas avoir faim, de ne pas avoir soif et de ne pas avoir froid. C'est ainsi que dès que l'état d'autarcie corporelle est atteint, que le corps ne réclame rien de plus que la suppression de son désir naturel, il est possible de profiter de l'existence et d'éprouver l'ataraxie, à condition d'avoir éliminé les craintes injustifiées. C'est par une prise de conscience propre de son état que l'épicurien estimait que le bien recherché n'est pas le plaisir, mais le plaisir pur d'exister, c'est-à-dire la réjouissance.

Or pour bien vivre le plaisir, il faut s'exercer à distinguer les types de désirs, car tous les désirs humains ne conduisent pas au bonheur. En effet, il y a trois types de désirs : les désirs naturels et nécessaires, les désirs seulement naturels et ceux qui sont vides et insatiables, n'étant ni naturels ni nécessaires. Seuls les désirs naturels et nécessaires à l'autarcie devront être comblés, les désirs naturels devant être maîtrisés ou équilibrés tandis que les autres, les désirs vides et illimités, devront être supprimés. L'ascèse des désirs est une pratique fondamentale de l'épicurisme qui conduit l'adepte à maximiser les plaisirs stables, ceux qui s'apprécient dans le temps, et à refuser les plaisirs mobiles, qui meuvent le corps selon l'immédiat, n'offrant ainsi qu'une satisfaction éphémère.

Quant à l'usage des discours, les épicuriens sont reconnus pour avoir développé une *phusilogia*, un discours conforme à la nature. À situer entre la voie courte des cyniques et la voie longue de la recherche dialectique et de la *paideia*, la *phusilogia* épicurienne est une voie moyenne⁷⁴ qui, à partir d'une physique matérialiste, cherche à dégager les contenus d'expérience nécessaires à la vie heureuse. De ce point de vue, la *phusilogia* étudie la nature en s'appuyant sur les sensations afin d'apaiser l'âme inquiète⁷⁵.

Enfin, par une connaissance des bornes de la nature⁷⁶, le remède épicurien prescrit la suppression des craintes et un dosage du plaisir par une ascèse complète des désirs. Toujours au présent, l'ataraxie épicurienne c'était la conscience du plaisir d'exister.

Le stoïcisme

Enfin, quel était le mode de vie des stoïciens, ces philosophes du Portique si réputés pour leur austérité? Reconnaissons d'abord que ce que nous savons du stoïcisme grec des fondateurs, tels Zénon, Cléanthe et Chrysippe, nous viens surtout du stoïcisme de la période impériale, celui de Sénèque, d'Épictète et de Marc Aurèle.

Le stoïcisme à son départ dans le tragique des événements de la vie, dans le destin. Car les événements affligent profondément l'humain ou deviennent supportables selon sa manière propre de les recevoir et de les juger. Or comme nous sommes mus par des désirs et que l'ordre du monde demeure indépendant de nous, le malheur provient donc, selon le stoïcisme que nous présente Hadot, de ce que l'on désire l'inaccessible et que l'on refuse l'inévitable, bref que nous ne sommes pas en accord avec nous-mêmes⁷⁷.

En réponse à cette situation, le stoïcien se propose de maîtriser ce qui relève de lui et de consentir à ce qui relève de l'ordre du monde. Il faut rappeler la distinction d'Épictète: «Il y a des choses qui dépendent de nous; il y en a d'autres qui n'en dépendent pas. Ce qui dépend de nous ce sont nos jugements, nos tendances et nos désirs [...] Ce qui ne dépend pas de nous, c'est le corps, la richesse, la célébrité, le pouvoir; en un mot, toutes les œuvres qui ne nous appartiennent pas.»⁷⁸ Selon le stoïcisme, le véritable bien est que «l'âme reprenne possession d'elle-même»⁷⁹, d'où un ensemble d'exercices qui permettent de maîtriser sa situation intérieure, le monde étant indifférent, ni bien ni mal. Afin de résumer le choix de vie à l'école du Portique, on peut dire que la vertu stoïcienne consistait à parvenir à un accord complet de soi-même avec l'univers.

Les principaux exercices recouvraient les domaines de la physique, de l'éthique et de la logique. Comme l'a bien montré Hadot, les *Pensées* de Marc Aurèle illustrent les trois *topoi* d'Épictète⁸⁰. La description de ces trois lieux constitue une synthèse remarquable du stoïcisme. D'abord, la «discipline des désirs» (la physique) permet au stoïcien de consentir à l'univers: celle-ci doit le conduire à désirer ce qui dépend de lui et à accueillir avec joie ce qui n'en dépend pas et qui relève de la marche du cosmos, bref les choses indifférentes. Ensuite la «discipline de l'action» (l'éthique) exige de pratiquer la justice: il s'agit d'agir raisonnablement afin de s'accorder à l'humanité tout en maintenant une «réserve», car le résultat final relèvera de l'entrelacement des causes, donc du cosmos. Finalement, la «discipline du jugement» (la logique) permet au stoïcien de distinguer ce qui lui appartient et ce qui relève de l'univers: celle-ci exige qu'il n'admette en sa faculté directrice (*hegemonikon*) que des représentations vraies ou objectives, qu'il n'accorde son assentiment qu'à des représentations qui ne causent pas de troubles dans l'âme et lui permettent de contempler le monde tel qu'il est, à savoir dans sa bienveillance.

Enfin, nous ne reviendrons pas davantage sur les écrits personnels et les notes qui servaient l'appropriation de la règle de vie choisie, mais les *hypomnêmata* des stoïciens de la période impériale sont un bon exemple de l'usage du discours dans cette école. Ils présentent un bon exemple en ce qu'ils illustrent de manière directe le projet stoïcien qui consiste à fortifier sa vie intérieure, à faire de l'âme une «citadelle» imprenable, selon la formule d'Épictète qui fut reprise par Hadot pour intituler son introduction à Marc Aurèle.

Bien évidemment, une étude plus complète des modes de vie philosophiques devrait inclure aussi d'autres écoles, comme le pythagorisme, le platonisme, le péripatétisme, la nouvelle académie et le néoplatonisme. Il faudrait s'expliquer sur le choix de ces cinq écoles antiques, car Hadot consacre plusieurs pages aux écoles de Platon, d'Aristote et de Plotin. Disons simplement qu'il a paru plus pertinent de présenter ici la diversité des écoles antiques à partir de l'héritage de Socrate que de distinguer avec soin les écoles des grands socratiques. Ce choix des écoles, en somme, ne saurait être exclusif, et a pour avantage de considérer les maîtres plus que les filiations philosophiques antiques.

Tel que mis en évidence dans le tableau ci-dessous, les grandes écoles réunissaient les trois dimensions annoncées plus haut, ce qui en fait des modes de vie à part entière.

Tableau de synthèse

Choix de vie, exercices et discours dans les écoles antiques

	Socratisme	Cynisme	Scepticisme	Épicurisme	Stoïcisme
Bien recherché	Aretê Vertu morale ou cohérence	Autarcie Indépendance Invulnérabilité	Ataraxie Quiétude par indifférence	Ataraxie Sérénité par réjouissance	Apathie Impassibilité et accord à soi
Choix de vie	Vie examinée	Vie naturelle	Vie détachée	Vie réjouie	Vie intérieure
Exercices	Maîtrise de soi Examen Dialectique	Ascèses Épreuves	Épochè Silence	Ascèses désirs Dosage plaisirs Méditation	Maîtrise de soi Ascèse mentale Contemplation
Discours	Elenchos Épreuve orale	Parrêsia Franc parler	Phonaï Rappel formules	Phusiologia Savoir naturel	Hypomnêmata Écrits à méditer

Après avoir présenté et décrit brièvement la philosophie comme mode de vie dans les principales écoles antiques, il reste à voir comment celle-ci a survécu jusqu'à nos jours par l'intermédiaire du christianisme et à l'intérieur de la rupture qu'a constitué pour elle la philosophie moderne. Dans la dernière section, nous aborderons le problème que pose l'actualisation de la philosophie comme mode de vie selon l'approche de Hadot.

L'appropriation des exercices spirituels par le christianisme

On a souvent comparé le Christ à Socrate puisque les vies de ces maîtres d'existence présentent de remarquables similitudes⁸¹. À la manière de F. Lenoir, on peut demander si le Christ est «philosophe» ou s'il peut être considéré comme tel⁸², car il a proposé une éthique à portée universelle qui peut être redécouverte à travers la *philosophia christi* d'Érasme⁸³. Dans la même veine, on peut se aussi demander ce que partagent, quant à l'essentiel de leur message, un philosophe comme Socrate et des prophètes comme le Christ et le Bouddha⁸⁴. Peut-être découvrira-t-on chez ces «maîtres de vie» des valeurs humanistes toujours actuelles servant de réponses à la question du sens à la vie. Quoiqu'il en soit, ces questions serviront à introduire la présente section, étant entendu que l'examen des rapports entre la philosophie grecque et le christianisme exige de longs développements qui ne peuvent trouver place dans un article.

S'il n'est pas étonnant que les exercices philosophiques aient survécu à la chute de l'Empire romain et qu'on les retrouve plus de deux siècles après la mort du stoïcien Marc Aurèle, ce qui étonnera davantage est la manière dont ceux-ci ont pu cheminer pour intégrer les célèbres *Exercices spirituels*⁸⁵ de saint Ignace de Loyola (1491-1556). La thèse de Hadot est que le christianisme s'est présenté comme une «philosophie» et a intégré progressivement les exercices philosophiques antiques, tandis qu'au Moyen Âge la philosophie s'est mise ensuite au service de la théologie en assumant, non pas la pratique, mais la conceptualité de son discours propre théorique⁸⁶.

Comme l'explique Hadot, les exercices spirituels antiques auraient survécu dans un courant bien circonscrit du christianisme, celui qui, vers le second siècle, s'est appelé lui-même «philosophie», car il proposait un mode de vie chrétien⁸⁷. Hadot a souligné le trait inusité de cette appellation de «philosophie chrétienne», car la «philosophie» est un phénomène de culture grecque qui ne pouvait pas, du moins à l'origine, être confondu avec une religion révélée⁸⁸ – bien que la période hellénistique s'y prête beaucoup mieux. Selon Hadot, nous avons affaire à une lente assimilation des exercices philosophiques par les Pères de l'Église entre le II^e et le V^e siècles après J.-C. Il faut décrire brièvement cet important phénomène de culture en résumant certaines analyses de l'helléniste.

Ce serait d'abord l'ambiguïté sémantique du vocable grec «Logos» qui, chez Jean l'Évangéliste, rendit possible une «philosophie chrétienne»⁸⁹. Selon les Apologistes du second siècle, le christianisme présenterait la «vraie philosophie», car il posséderait le Logos universel incarné en Jésus Christ, tandis que les philosophes païens, les Grecs, n'auraient vécu que selon une parcelle du Logos universel⁹⁰. «Cette identification entre christianisme et vraie philosophie, relevait Hadot dans son article de référence, inspirera de nombreux aspects de l'enseignement d'Origène et restera vivante dans toute la tradition origénienne, notamment chez les cappadociens: Basile de Césarée, Grégoire de Nazianze, Grégoire de Nysse, et également Jean Chrysostome.»⁹¹

Voilà donc comment se justifiait l'appellation inédite de «philosophie chrétienne». Or il apparaîtra plus significatif encore, pour comprendre le phénomène d'assimilation des exercices spirituels, d'indiquer que les formes philosophiques d'ascèses et d'épreuves convenaient parfaitement à l'idéal monastique que prêchaient les jeunes communautés

chrétiennes. En effet, l'attitude philosophique par excellence des platoniciens et des stoïciens avait été l'attention à soi (*prosochè*), à savoir la «vigilance de chaque instant» à sa parole, à sa pensée, à ses actions ou à l'annexion au cosmos. Or si le mode de vie ascétique et l'attention à soi existaient déjà chez Plotin et chez son disciple Porphyre au cours du troisième siècle, la *prosochè* deviendra par la suite l'attitude fondamentale du moine chrétien⁹². En guise de conclusion partielle, le phénomène culturel d'intégration des exercices antiques par le christianisme apparaît déjà clairement, selon Hadot, chez Clément d'Alexandrie au début du troisième siècle.

Or retracer le rôle spirituel prépondérant de l'attention à soi, c'est presque annoncer la pratique de l'examen de conscience. Justement, y a-t-il une relation entre le l'examen de conscience, si cher au christianisme, et les exercices de la philosophie antique? Fort probablement, s'il faut en croire Hadot, car c'est l'appropriation, puis la réorientation de l'examen de conscience, qui aurait rendu possible le déchiffrement de la conscience par le christianisme. En effet, l'examen de conscience, dans sa version païenne, avait été pratiqué par les pythagoriciens, les platoniciens, les épicuriens et les stoïciens. Or dans le christianisme, il semble que l'examen de conscience apparaisse pour la première fois chez Origène, un chrétien de langue grecque qui vécut à Alexandrie au III^e siècle⁹³. En somme, il s'agirait derechef de l'intégration d'une pratique philosophique grecque dont la finalité par la suite sera accordée au choix de vie chrétien.

Or à quelle période pourrait remonter le déchiffrement de la conscience coupable, la pratique religieuse qui suspecte les désirs et les péchés à l'intérieur de l'âme humaine? Selon Hadot, ce serait probablement à partir de *La vie d'Antoine* écrite par Athanase d'Alexandrie au IV^e siècle; il s'agit d'un texte dans lequel l'auteur propose au méditant de noter scrupuleusement «les actions et les mouvements» de son âme⁹⁴. La thèse de l'appropriation progressive des exercices antiques par le christianisme est largement partagée par Foucault qui a, pour sa part, procédé à une longue étude du souci de soi, un thème qui connaît une inflexion radicale à partir du christianisme. En effet, le souci de soi avait une portée positive et affirmative durant l'Antiquité, une attitude qui sera bientôt renversée par les prémisses du christianisme. Comme le faisait remarquer Foucault: «Et c'est là où le christianisme, en introduisant le salut comme salut au-delà de la vie, va en quelque sorte déséquilibrer ou, en tout cas, bouleverser cette thématique du souci de soi. Bien que, je le rappelle une fois encore, chercher son salut signifie bien se soucier de soi. Mais la condition pour chercher son salut sera précisément la renonciation.»⁹⁵

En terminant, il ne faut pas non plus courber le bois dans l'autre sens et méconnaître le rôle civilisateur du christianisme en Occident. D'accord sur ce point avec l'historien des religions F. Lenoir, ce n'est pas du tout ce à quoi invite l'helléniste Hadot lorsqu'il remarque ceci: «On ne saurait trop insister sur l'importance capitale de ce phénomène d'assimilation entre christianisme et philosophie. Entendons-nous bien. Il ne s'agit pas de nier l'originalité incomparable du christianisme.»⁹⁶ Dans la prochaine section, il sera question des prolongements des exercices spirituels antiques dans la vie philosophique moderne, c'est-à-dire de l'héritage antique que l'on retrouve chez les philosophes qui ont vécu entre les XVII^e et XX^e siècles.

La vie philosophique dans la culture moderne

Or peut-on affirmer que la philosophie comme mode de vie s'est développée par-delà la fin de l'Antiquité et qu'elle a survécu à son appropriation par le christianisme? D'abord, la réponse classique à cette question consiste à affirmer que la pensée philosophique a beaucoup évolué et qu'elle est devenue un savoir théorique rigoureux qui devait rompre avec les exercices spirituels, les pratiques de vie et les arts de l'existence. En cela, la première réponse consiste à dire que la philosophie moderne n'obéit plus au schéma classique de la philosophie antique.

C'est la position qu'adopte l'enseignement universitaire⁹⁷ en présentant la philosophie moderne comme une succession de grands systèmes abstraits qui va de Descartes à Nietzsche en passant par Kant et Hegel. Cette approche universitaire de la philosophie suppose que la philosophie progresse, alors qu'en fait c'est le «discours philosophique» qui se raffine et devient plus technique. De ce point de vue, la philosophie comme mode de vie n'aurait pas survécu à la rupture moderne en tant que «philosophie» mais en tant que tradition à redécouvrir, car la configuration de la pensée moderne obéit à un tout autre schéma, tant théorique que pratique. Au point de vue théorique, on assiste à une mise en question de la philosophie classique à travers une critique de la scolastique décadente, tandis qu'au point de vue «pratique» la philosophie moderne développe une conception instrumentale du rapport entre la pensée et la nature, une conception inédite qui se double d'une distinction nouvelle entre la théorie et la pratique. Un survol des approches modernes et contemporaine de l'éthique (déontologique, conséquentialiste et appliquée) témoigne de l'absence de réflexion sur la vie éthique comme telle.

À certains égards, Foucault semble partager cette lecture. Dans *L'herméneutique du sujet*, il montre comment la pensée moderne s'est détachée peu à peu des exigences de la spiritualité antique. C'est ce qu'il nomme, pour faire court, le «moment cartésien»: «on peut dire qu'on est entré dans l'âge moderne [...] le jour où on a admis que ce qui donne accès à la vérité, les conditions selon lesquelles le sujet peut avoir accès à la vérité, c'est la connaissance, et la connaissance seulement. Il me semble que c'est là où ce que j'ai appelé le "moment cartésien" prend sa place et son sens, sans vouloir dire du tout que c'est de Descartes qu'il s'agit ici, qu'il en a été exactement l'inventeur, qu'il a été le premier à faire cela.»⁹⁸ Il faut dire que Foucault accepterait la thèse hadotienne selon laquelle il y a des prolongements modernes à la vie philosophique antique, mais il chercherait ceux-ci du côté des pratiques sociales plutôt que philosophiques⁹⁹.

Quoi qu'il en soit de cette lecture ancrée dans l'histoire des idées philosophiques, une réflexion plus approfondie cherchera plutôt à dégager les prolongements des attitudes existentielles et des pratiques antiques dans la culture moderne. C'est à cette réflexion que s'est livré Pierre Hadot dans quelques articles et quelques livres. Dans ce qui suit, il s'agira de donner une première idée de ces prolongements afin de guider le lecteur vers des textes qui sauront l'intéresser.

Selon Hadot, les attitudes existentielles et les exercices spirituels expérimentés par les philosophes de l'Antiquité ne disparaissent pas complètement des préoccupations des auteurs modernes. Pour s'en convaincre, il suffit de repérer les prolongements de la «tradition des exercices spirituels» par l'intermédiaire de la lecture des textes¹⁰⁰. Hadot

se propose ainsi, dans une approche inspirée par Goethe, d'apprendre à lire les textes des auteurs anciens et modernes afin de retrouver les exercices spirituels de ceux qui les ont pratiqués pour eux-mêmes. À ce propos, il écrivait:

«[...] nous passons notre vie à «lire», mais nous ne savons plus lire, c'est-à-dire nous arrêter, nous libérer de nos soucis, revenir à nous-mêmes, laisser de côté nos recherches de subtilité et d'originalité, méditer calmement, ruminer, laisser le texte nous parler. C'est un exercice spirituel, un des plus difficiles: «Les gens, disaient Goethe, ne savent pas ce que cela coûte de temps et d'effort pour apprendre à lire. Il m'a fallu quatre-vingts ans pour cela et je ne suis même pas capable de dire si j'ai réussi.» (GOETHE, Entretiens avec Eckermann, 25 janvier 1830)¹⁰¹

Afin de donner des exemples de ces prolongements, Hadot montre, par exemple, que le célèbre historien français Jules Michelet (1798-1874) a pratiqué un stoïcisme inspiré de celui de l'empereur Marc Aurèle¹⁰². Il montre aussi comment le retour à nature que se propose pour lui-même Henry David Thoreau (1817-1862), dans son fameux *Walden ou la vie dans les bois*, comportait des traits proprement épicuriens et d'autres plus près du stoïcisme. «L'expérience rapportée dans le *Walden* me semble donc extrêmement intéressante pour nous, résume Hadot, parce qu'en choisissant de vivre dans le bois pendant quelque temps, Thoreau a voulu faire un acte philosophique, c'est-à-dire s'adonner à un certain mode de vie philosophique qui comportait à la fois le travail manuel et la pauvreté, mais lui ouvrait aussi une perception du monde immensément élargie. Nous comprenons mieux [...] ce choix de vie si nous le comparons au mode de vie philosophique que s'imposaient les philosophes antiques.»¹⁰³

Dans la même veine, mais sans consacrer à ces auteurs modernes d'article propre, l'helléniste curieux et cultivé rappelle que les *Essais* de Montaigne, les *Médiations* de Descartes, l'*Éthique* de Spinoza et la morale de Kant se rattachent tous, d'une manière ou d'une autre, à la tradition des exercices spirituels¹⁰⁴. Si la méditation de Descartes est bien une *meditatio*, c'est-à-dire un exercice de la pensée¹⁰⁵, la lecture des *Essais* de Michel de Montaigne lui permet de découvrir un homme du XVI^e siècle qui s'est attaché au stoïcisme, au scepticisme ainsi qu'à l'épicurisme¹⁰⁶.

Or comme si cela n'était pas suffisant, le fidèle lecteur montre que le prolongement moderne des exercices par un effort de réactualisation individuelle vaut également pour Kierkegaard, Schopenhauer et Nietzsche, les auteurs de trois approches proprement existentielles¹⁰⁷. À propos de ces auteurs du XIX^e siècle, Hadot s'attarde spécialement à Kierkegaard et à Nietzsche dans son long article consacré à Socrate. Dans ce texte, il montre comment Kierkegaard demeure profondément socratique dans sa réactualisation de la communication indirecte par l'intermédiaire de l'écriture pseudonymique: «Il s'agit de faire sentir au lecteur son erreur non pas en la réfutant directement, mais en l'exposant de telle manière que son absurdité apparaisse clairement. C'est tout à fait socratique. Mais, en même temps, par la pseudonymie, Kierkegaard [...] objective ainsi ses différents moi sans se reconnaître en aucun, comme Socrate, par ses habiles questions, objective le moi de ses interlocuteurs, sans se reconnaître en eux.»¹⁰⁸ En ce qui a trait à Nietzsche, Hadot montre comment, à certains égards, sa pensée doit être instruite par son rapport à Socrate, un rapport complexe d'admiration et de haine¹⁰⁹.

Qui plus est, une telle redécouverte des exercices spirituels par l'acte de lecture a donné lieu à un ouvrage consacré à la pratique des exercices spirituels chez Goethe¹¹⁰ et à un recueil d'articles sur la pratique de l'écriture philosophique chez Wittgenstein¹¹¹. À propos du logicien autrichien Ludwig Wittgenstein, dont on voit mal au premier abord le rapprochement avec la philosophie comme manière de vivre, il faut mentionner que Hadot aurait été le premier à écrire sur lui en France. À l'époque, le jeune helléniste s'intéressait à la mystique et découvrait, en lisant le *Tractatus logico-philosophicus*, que l'indicible, c'est-à-dire la présence même du monde, se montre dans un genre littéraire étonnant: une suite d'aphorismes numérotés se terminant par un appel au silence¹¹². Ce qui s'avère remarquable dans la rencontre entre Hadot et Wittgenstein, c'est que la lecture de celui-ci lui permet de préciser sa conception des exercices spirituels comme activité reliée à l'usage du langage. Si Hadot admet ne pas avoir vu au départ le rapport entre l'indicible du *Tractatus* et l'esthétique de Schopenhauer, il a au moins le mérite de montrer comment certains textes de Wittgenstein font allusion à des exercices destinés à opérer une transformation de soi dans une perspective pragmatique¹¹³.

À propos d'une telle transformation de soi par la méditation philosophique, la seule justification du titre de l'essai sur Goethe montre à quel point Hadot s'exerçait lui-même à transformer sa propre existence. «En écrivant ce livre, me sentant vieillir, j'étais hanté par le *Memento mori*. Mais, sous l'influence de Goethe, j'ai compris toute l'importance du *Memento vivere* et j'ai pensé alors que la devise goethéenne «N'oublie pas de vivre» pouvait très bien résumer le contenu de mon livre et en être le titre.»¹¹⁴

Enfin, ces quelques réflexions sur l'importance de vivre et de mourir en philosophe rappellent non seulement la figure de Socrate, mais aussi certaines des préoccupations de Nietzsche. On se souvient peut-être que dans le court essai intitulé «Schopenhauer éducateur», Nietzsche plaidait pour une véritable «vie philosophique», c'est-à-dire pour une visibilité de la philosophie à travers la vie vécue, et pas «seulement dans les livres». Qu'il ait exagéré ou non sa description, ce passage remarquable de Nietzsche illustre à quel point un philosophe du XIX^e siècle pouvait être sensible à la nécessité d'actualiser l'enseignement de la philosophie antique au pays de Goethe, mais aussi de Kant :

*«Je ne me soucie d'un philosophe qu'autant qu'il est capable de donner un exemple. [...] Mais l'exemple doit être donné par la vie apparente et non point seulement par les livres, c'est-à-dire de la façon dont enseignaient les philosophes de la Grèce, par la mine, l'attitude, le costume, la nourriture, les mœurs, plus que par la parole ou même les écrits. Combien de choses nous font encore défaut en Allemagne pour arriver à cette courageuse visibilité d'une vie philosophique ?»*¹¹⁵

Dans la dernière section de cet article consacré à la philosophie comme mode de vie chez Hadot, il sera question de l'actualisation de cette approche au point de vue de la philosophie contemporaine. Le défi d'actualiser la philosophie comme manière de vivre aujourd'hui est de taille, et il s'agira de présenter comment, selon l'helléniste français, la philosophie comme mode de vie demeure bien vivante et accessible à tous.

Actualiser la philosophie comme mode de vie

Ne veux-tu pas venir devant nous appliquer ce que tu as appris ? Ce ne sont pas les beaux raisonnements qui nous manquent aujourd'hui ! Les livres des stoïciens en sont pleins. Qu'est-ce qui nous manque donc ? Quelqu'un qui pratique et qui confirme ses paroles par ses actes. Viens prendre ce rôle afin que nous n'employions plus dans l'école des exemples tirés de l'Antiquité, mais que nous en ayons aussi un de notre époque.

ÉPICTÈTE, Entretiens, I, XXIX

«Y'a-t-il un sens à se proposer de vivre philosophiquement aujourd'hui?» se demandait J.-F. Balaudé dans un article consacré à Hadot¹¹⁶. Malgré sa simplicité, cette question recèle une profondeur qui va bien au-delà du questionnement philosophique habituel. En effet, il ne s'agit pas de savoir si une nouvelle théorie éthique est possible, mais de savoir s'il est possible, vu l'état actuel de notre rapport au monde et à nos institutions, d'interroger notre propre manière de concevoir la philosophie. Car si la vie philosophique est encore possible aujourd'hui, il faut non seulement qu'un tel choix d'existence puisse se reconnaître à notre époque, mais que le discours philosophique qui le supporte soit lui aussi réactualisé. Il semble donc que c'est à défi différent que les jeunes stoïciens de l'école d'Épictète étaient confrontés. Voici pourquoi.

Il faut savoir d'abord que ce problème d'actualisation est d'une part «contemporain», car il ne viendrait pas à l'esprit d'un Ancien de rechercher l'actualité ou l'originalité de son discours, mais plutôt l'école ou le maître qui lui convient. Comme l'a montré Hadot pour le stoïcisme de la période impériale, être philosophe c'est adopter un mode de vie philosophique, ce qui ne supposait aucune contribution théorique actuelle ou originale. «Dans l'Antiquité, rappelait-il, un philosophe n'était pas un personnage qui écrivait des ouvrages de philosophie, c'était quelqu'un qui menait une vie de philosophe. Tout donne à penser qu'Arrien, tout en restant un homme d'État, comme Rusticus, le maître de Marc Aurèle, s'est efforcé de vivre en philosophe.»¹¹⁷ Hormis Arrien, le disciple d'Épictète et auteur du célèbre *Manuel*, les exemples de Caton d'Utique et de Marc Aurèle sont assez édifiants pour illustrer ce fait. À propos du caractère futile de l'originalité en philosophie, Sénèque, qui résume à divers endroits de ses *Lettres à Lucilius* la théorie stoïcienne, considère que tous les remèdes aux maladies de l'âme sont disponibles et qu'il ne reste plus qu'à les appliquer. «Même si les Anciens ont tout découvert, ce qui sera toujours neuf, c'est de connaître, d'employer et d'ordonner les découvertes d'autrui. Suppose que nous devions à nos précurseurs une thérapeutique [...] Les remèdes de l'âme ont été trouvés par les anciens; étudier de quelle manière, dans quelles circonstances il faut les appliquer, c'est notre besogne.»¹¹⁸

On peut conclure de ceci que l'actualisation du stoïcisme à l'école d'Épictète exigeait de vivre à la manière stoïcienne et d'appliquer les remèdes reconnus par l'école, tandis que l'actualisation de la philosophie comme mode de vie aujourd'hui exigera de vivre en philosophe, certes, mais de montrer également par un «nouveau discours» que cela est philosophiquement pertinent. Voyons pourquoi un nouvel obstacle s'ajoute au premier.

Certes, s'il y a une tâche urgente qui pèse sur la philosophie comme mode de vie telle qu'elle a été décrite dans ce dossier, c'est bien sa réactualisation. Car, il n'est peut-être plus possible d'envisager la «philosophie» ainsi aujourd'hui. Il y a au moins deux raisons principales à cela, l'une qui porte sur le savoir philosophique et l'autre sur l'éthique.

Premièrement, on ne considère plus tout à fait la philosophie comme la pratique d'un «savoir-vivre»¹¹⁹ fondamental, mais comme un savoir spécialisé qui s'exprime selon un langage technique. Si la vie philosophique se pratiquait dans une école, au cœur de la cité et en soi-même, la philosophie actuelle se discute dans les lieux d'enseignement et dans les publications savantes qui lui sont associées. La seule idée que la philosophie puisse devenir «populaire», selon le vœu de Diderot, en répugne plus d'un – et souvent à raison. Mais, paradoxalement, le fait que l'on ne puisse plus comprendre le discours philosophique contemporain, tout empreint de technicité qu'il est, ne nous répugne pas.

Deuxièmement, on ne conçoit plus le monde, la nature, la vie sociale et l'individu de la même manière que les Grecs anciens. En effet, comment nier l'avancement théorique considérable de la philosophie et des sciences depuis la Renaissance et le siècle des Lumières? Or, comment l'éthique moderne, qui met en question l'éthique de la vertu¹²⁰ au profit d'approches normatives, peut-elle accorder la moindre place à la philosophie comme mode de vie, dont la signification est proprement existentielle? Enfin, comment l'éthique contemporaine, qui s'applique aux enjeux de la société dans une perspective de plus en plus délibérative, peut-elle permettre un retour à une conception plus globale de la philosophie, soit celle de la vie éthique entendue comme manière de vivre?

En somme, il faut reconnaître que la modernité constitue une rupture au point de vue philosophique. Par voie de conséquence, pour actualiser la philosophie comme mode de vie au point de vue de l'éthique actuelle, si seulement cela est souhaitable et possible, il faut envisager une transformation radicale qui rend possible le passage de l'éthique à la vie philosophique, c'est-à-dire le passage d'un discours sur les valeurs et normes à une approche de l'éthique qui implique la transformation de sa propre vie. Après avoir posé le problème, voyons comment Hadot actualise la philosophie comme mode de vie.

Comment Hadot a-t-il actualisé la philosophie comme mode de vie, lui qui estimait que les attitudes spirituelles expérimentées par les Grecs ont une portée universelle?¹²¹ Contrairement à ce que pouvait laisser entendre la dernière section où il a été question d'apprendre à lire, on ne peut limiter son effort d'actualisation à la seule lecture. Selon Hadot, en effet, la véritable destination des exercices spirituels consiste à transformer notre rapport au monde et à le distendre en direction du cosmos. Dans la perspective cosmique qu'il a adoptée, l'exercice le plus englobant consiste à «réinsérer le moi dans le monde» en le détachant de ses intérêts égoïstes et limités. En décrivant, dans *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, les exercices des stoïciens et des épicuriens, il consacre de belles pages à la concentration sur le moment présent et au sentiment d'éternité¹²² qui en découle. En guise de témoignage moderne d'un tel sentiment, Hadot aime à citer un passage de la «cinquième promenade» de J.-J. Rousseau. Ainsi, c'est surtout dans la perspective d'une expansion du moi en direction du cosmos, d'une contemplation renouvelée du monde et de son existence¹²³, bref du «regard d'en haut»¹²⁴ que Hadot cherche à actualiser la philosophie antique. Il s'agit ici d'un exercice qui vise à modifier notre perception du monde afin de tendre vers la sagesse, comme il le mentionne ici :

«De même que, pour percevoir le monde, il faut, par un exercice de concentration sur l'instant, percevoir en quelque sorte son unité avec le monde, de même, pour reconnaître la sagesse, il faut en quelque manière s'exercer à la sagesse. [...] C'est par une conversion totale que l'on peut s'ouvrir au monde et à la sagesse.»¹²⁵

Or, au point de vue de la philosophie contemporaine, l'approche proposée par Hadot peut poser deux types de problème: l'un de nature épistémologique ; l'autre de nature éthique. La première objection à laquelle doit répondre une philosophie comme mode de vie est de sous-estimer la radicalité de la rupture instaurée par la modernité, c'est-à-dire de minimiser le fait que la conception moderne du monde rompt avec celle de l'Antiquité, bref que la philosophie moderne relègue la philosophie comme mode de vie du côté des attitudes religieuses¹²⁶ plus que philosophiques. La seconde est que la réactualisation individuelle des exercices spirituels n'est pas nécessairement valable pour tous, au sens où la portée des propositions éthiques inspirées par la philosophie comme mode de vie ne peut être que régionale. Autrement dit, si la philosophie comme mode de vie propose des expériences et de pratiques spirituelles ayant une portée dite universelle, il n'est pas possible, par contre, de dériver de ces dernières une éthique à prétention universelle.

Pour sa part, Hadot estime qu'il est possible d'actualiser la sagesse antique malgré la discontinuité épistémologique instaurée par la modernité européenne. Voyons comment, en rappelant deux passages précis, il peut répondre à la première objection :

«Ce que je viens de dire laisse entendre que finalement, à mes yeux, le modèle de la philosophie antique est toujours actuel, ce qui signifie qu'une quête de la sagesse est toujours actuelle et toujours possible. [...] Je dirais seulement qu'il y a, me semble-t-il, des attitudes universelles et fondamentales de l'être humain, lorsqu'il cherche la sagesse [...]»¹²⁷

«Donc, il s'agit d'exercices spirituels, ou de ce que j'appelle, moi, des exercices spirituels, c'est-à-dire des pratiques destinées à transformer le moi et à lui faire atteindre un niveau supérieur et une perspective universelle [...] Alors, est-ce que tout cela peut avoir un sens actuellement? Je pense qu'il y a une continuité de ces pratiques doublée d'une discontinuité. Ces exercices spirituels réapparaissent toujours au cours des siècles.»¹²⁸

Comme l'a montré Hadot, ces exercices «réapparaissent au cours des siècles» bien que de manière éparse, mais ce n'est pas parce qu'ils réapparaissent «toujours» qu'ils sont pertinents au point de vue philosophique. Si Hadot assume la continuité historique des exercices spirituels qui reviennent à différentes époques, il doit pourtant admettre que la philosophie aujourd'hui n'est plus ce qu'elle était hier. Bref, il y a une certaine continuité malgré une discontinuité indéniable car, depuis la modernité, les références à la nature cosmique, à la raison universelle, à l'unité de l'expérience et au discours intérieur ont perdu de leur pertinence: la visée d'une «réinsertion du moi dans le cosmos» n'est pas aussi actualisable que le laisse entendre Hadot. Étant conscient de cette objection¹²⁹, il affirme néanmoins qu'il est possible aujourd'hui de vivre un «exercice, peut-être fragile, mais sans cesse renouvelé de la sagesse»¹³⁰. Misant sur la vie philosophique plutôt que sur le discours éthique, il s'agirait de sa réplique à la seconde objection, celle qui cible la portée limitée de sa conception éthique du monde. Lisons Hadot à ce propos :

«Pour ma part, je crois à la possibilité pour l'homme moderne, de vivre, non pas la sagesse (les Anciens, pour la plupart, la considéraient déjà comme un idéal inaccessible qui règle l'action, et non comme un état réalisé), mais un exercice, toujours fragile, toujours renouvelé, de la sagesse. Et je pense que cet exercice de la sagesse peut et doit viser à réaliser une réinsertion du moi dans le monde et dans l'universel.»¹³¹

En cela, pour Hadot, la philosophie est bien un ensemble d'exercices spirituels parce qu'elle est d'abord le choix d'un mode de vie. De ce point de vue, la philosophie n'est pas réductible à un discours philosophique ni à une culture spécifique, car les attitudes existentielles et les exercices spirituels expérimentés par les Grecs se retrouvent dans toutes les cultures et à toutes les époques. Si l'exercice spirituel était au départ une «pratique volontaire, personnelle, destinée à opérer une transformation de soi»¹³², l'activité philosophique par excellence sera enfin une conversion de l'attitude naturelle qui conduit à un changement radical dans la manière d'être et de percevoir le monde¹³³. En clair, l'approche philosophique élaborée par Hadot dans son œuvre et l'actualisation de la philosophie antique qu'il propose relèvent d'une *perspective* proprement *cosmique*.

*
* *
*

En conclusion, cette manière d'actualiser la vie philosophique antique n'est pas la seule possible et d'autres exemples pertinents, tirés des XIX^e et XX^e siècles, pourront être pris en considération. Partant de la grille d'analyse développée par Hadot, le programme à venir de la philosophie comme mode de vie conduira à d'intéressantes découvertes. S'il semble déjà nécessaire de compléter ce dossier par un résumé du «dialogue interrompu entre Hadot et Foucault»¹³⁴, d'ajouter à la *perspective cosmique* de Hadot la possibilité d'une *esthétique de l'existence* (M. Foucault)¹³⁵ et d'une *thérapeutique* (A.-J. Voelke)¹³⁶, ce qui importe est que ce domaine de recherche est désormais ouvert. À ce propos, on pourra poursuivre le travail amorcé en maintes directions. Par exemple, par l'étude des pratiques mises en oeuvre par les réformateurs sociaux, les anarchistes et les auteurs qui ont eu le souci commun de se retirer temporairement de la société afin d'élaborer un mode de vie alternatif. Et parmi ceux-ci, on retrouvera le réformateur Gandhi¹³⁷, le poète Rilke¹³⁸, le philosophe Wittgenstein et le fondateur de l'écologie profonde Arne Naess¹³⁹.

Quoi qu'il en soit de l'état actuel de la philosophie et de notre rapport aux institutions d'enseignement, il semblera tout à fait normal, dans quelques années seulement, qu'un article consacré à la philosophie comme mode de vie chez Hadot se termine sur autant de perspectives d'avenir et sur le retour en force de la vie philosophique. C'est ainsi qu'il est maintenant permis de penser que la philosophie comme mode de vie décrite dans cette esquisse préfigure peut-être un mouvement philosophique plus profond. Comme il l'avouait, Hadot ne semblait pas s'expliquer sa rencontre avec Foucault autrement: «Et je considère comme un signe des temps le fait, à mes yeux inattendu et déroutant, qu'en cette fin du XX^e siècle, Foucault, moi-même et certainement bien d'autres en même temps que nous, au terme d'itinéraires totalement différents, nous nous rencontrions dans cette vivante redécouverte de l'expérience antique.»¹⁴⁰

Références bibliographiques

Ouvrages de Pierre Hadot sur le sujet :

Plotin ou la simplicité du regard (1963), Gallimard, 1997.
Exercices spirituels et philosophie antique (1981), Albin Michel, 2002.
La Citadelle intérieure: Introduction aux Pensées de Marc Aurèle (1992), Fayard, 1995.
Qu'est-ce que la philosophie antique? Gallimard, 1995.
Études de philosophie ancienne, Les Belles Lettres, 1998.
Éloge de la philosophie, Alea, 1998 et *Éloge de Socrate*, Alea, 1998.
Plotin. Porphyre. Études néoplatoniciennes, Les Belles Lettres, 1999.
La philosophie comme manière de vivre. Entretiens, Albin Michel, 2001.
Le voile d'Isis: Essai sur l'histoire de l'idée de nature, Gallimard, 2004.
Apprendre à philosopher dans l'antiquité (avec I. Hadot), LGF, Livre de poche, 2004.
Wittgenstein et les limites du langage, Vrin, 2004.
N'oublie pas de vivre: Goethe et la tradition des exercices spirituels, Albin Michel, 2008.

Livres, périodique et articles consacrés à Hadot :

Davidson A. I. et F. Worms (dir.), *Pierre Hadot, l'enseignement des antiques, l'enseignement des modernes*, Rue d'Ulm, 2010.
Narbonne, J.-M. et P. H. Poirier (dir.), *Gnose et philosophie*, Presses de l'Université Laval, 2009.
Cahiers philosophiques : «La philosophie comme manière de vivre», N° 120, 2009.
Balaudé, J.-F. «Vivre philosophiquement aujourd'hui ?», *Cahiers philosophiques*, 120, 2009, 9-14.
Imbach, R. «Pierre Hadot: La philosophie comme exercice spirituel», *Critique*, 454, 1985, 275-83.
Davidson, A. I. «Spiritual Exercises and Ancient Philosophy», *Critical Inquiry*, 16, 1990.
_____, «Introduction» to P. Hadot, *Philosophy as a Way of Live*, Blackwell, 1995.
Hankey, W. J. «Philosophy as way of life for Christians ?», *Laval théol. et phil.*, 59, 2, 2003.

Sélection d'ouvrages et d'articles récents en philosophie comme mode de vie :

Balaudé, J.-F. *Le savoir-vivre-philosophique: Empédocle, Socrate, Platon*, Grasset, 2010.
Clément, B. et C. Trottmann, *Vie philosophique et vies de philosophes*, Sens et Tonka, 2010.
Domanski, J. *La philosophie, thérapie ou manière de vivre?* Cerf, 1996.
Flynn, T. «Philosophy as a Way of Life: Foucault and Hadot», *Phil. & Social Criticism*, 31, 2005.
Foucault, M. *L'herméneutique du sujet* (Cours de 1981-1982), Seuil-Gallimard, 2001.
_____, *Le gouvernement de soi et des autres* (Cours de 1982-1983), Seuil-Gallimard, 2008.
_____, *Le courage de la vérité* (Cours de 1984), Seuil-Gallimard, 2009.
Montanari, M. *Hadot e Foucault nello Specchio dei greci*, Mimesis, 2009.
Nehamas, A. *The Art of Living*, University of California Press, 1998.
Schmid, W. *Philosophie der Lebenskunst : Eine Grundlegung*, Suhrkamp, 1998.
Sellars, J. *The Art of Living: The Stoics on the Nature and Function...* Ashgate, 2003.
Tieleman, T. «The Art of Life: An Ancient Idea and its Survival», *ΣΧΟΛΗ*, Vol. II. 2, 2008, 245-52.
Voelke, A.-J. *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993.

Références, anthologies, doxographies et sélection de textes en philosophie antique :

Goulet, R. (dir), *Dictionnaire des philosophes antiques*, tomes I-IV et Suppl., CNRS, 1989-2005.
Long, A. A. & D. Sedley, *The Hellenistic Philosophers*, 2 vol. Cambridge University Press, 1987.
(Trad. fr.: Brunschwig, J. et P. Pellegrin, *Les philosophes hellénistiques*, 3 vol., GF, 2001.)

Bréhier, E. *Les Stoïciens*, deux tomes, Gallimard, 1962.
Dumont, J.-P., *Les Sceptiques grecs*. Textes choisis, PUF, 1966.
_____, *Les écoles présocratiques*, Gallimard, 1991.
Épicure, *Lettres, maximes, sentences*, LGF, Livre de poche, 1994.
Goulet-Cazé, M.-O. et L. Paquet, *Les Cyniques grecs*, LGF, Livre de poche, 1992.
Hadot, P. (éd.) *Les Écrits de Plotin*, 3 vol., Cerf, 1988-1994.

Laërce, D. *Vies et doctrines des philosophes illustres*, Livre de poche, 1999.
Ménage, G. *Histoire des femmes philosophes*, Arléa, 2006.

Arrien, *Manuel d'Épictète*, Livre de poche, 2000.
Aristote, *Éthique à Nicomaque*, Vrin, 1990.
_____, *Exhortation à la philosophie*, Les Belles Lettres, 2011.
Cicéron, *Des termes extrêmes des biens et des maux*, 2 tomes, Les Belles Lettres, 1928.
_____, *Tusculanes*, 2 tomes, Les Belles Lettres, 1930.
_____, *Les paradoxes des Stoïciens*, Les Belles Lettres, 1971.
_____, *Le bien et le mal : De finibus, III*, Les Belles Lettres, 1997.
_____, *Les devoirs*, tome 1, Les Belles Lettres, 2009.
Empédocle, *Les Purifications*, Seuil, 2003.
Épictète, *Entretiens : Livres I à IV*, Les Belles Lettres, 1943-1965 et Gallimard, 1993.
Jamblique, *Protreptique*, Les Belles Lettres, 1989.
Lucrèce, *De la nature*, Aubier, 1993.
Marc Aurèle, *Écrits pour lui-même*, tome 1, Les Belles Lettres, 1998.
_____, *Pensées pour moi-même* suivies du *Manuel d'Épictète*, GF, 1964.
_____, *Lettres inédites de Marc Aurèle et de Fronton*, Levasseur, 1830.
Platon, *Œuvres complètes*, Flammarion, 2008.
Plutarque, *Œuvres morales*, 15 tomes, Les Belles Lettres, 2002.
Porphyre, *De l'abstinence*, Livres I-IV, Les Belles Lettres, 1979-1995.
_____, *Vie de Pythagore, Lettre à Marcella*, Les Belles Lettres, 1983.
Pythagore, *Les vers d'or* suivi du Commentaire de Hiéroclès, L'artisan du livre, 1931.
Sénèque, *Entretiens. Lettres à Lucilius*, trad. Les Belles Lettres, rééd. Laffont, 1993.
_____, *Questions naturelles*, 2 tomes, Les Belles Lettres, 1929.
Sextus Empiricus, *Esquisses pyrrhoniennes*, Seuil, 1997.
_____, *Contre les professeurs*, Seuil, 2002.
Xénophon, *Le Banquet, Apologie de Socrate*, Les Belles Lettres, 1961.
_____, *Mémorables*, Les Belles Lettres, 1967; rééd. tome I, 2000, tome II, 2011.
_____, *Cyropédie*, Les Belles Lettres, 1971-2003.

Sélection d'ouvrages sur les écoles antiques: de portée générale et spécialisés

Brunschwig, J. *Études sur les philosophies hellénistiques*, PUF, 1995.
Lévy, C. *Les philosophies hellénistiques*, LGF, Livre de poche, 1997.

Barnes, J. *The Toils of Scepticism*, Cambridge, 1990.
 Benatouïl, T. *Faire usage : La pratique du stoïcisme*, Vrin, 2006.
 Boyancé, P. *Lucrèce et l'épicurisme*, 1963.
 Brochard, V. *Les Sceptiques grecs*, LGF, Livre de poche, 2002.
 Brun, J. *L'épicurisme*, PUF, 1959,
 ____, *Le stoïcisme*, PUF, 1980.
 Burnyeat, M. (ed.) *The Skeptical Tradition*, Berkeley, 1983.
 Duhot, J.-J. *Épictète et la sagesse stoïcienne*, 1996.
 Colardeau.T. *Étude sur Épictète* (1903), Encre marine, 2004.
 Conche, M. *Pyrrhon ou l'apparence*, PUF, 1994.
 Dorion, L.-A. *Socrate*, PUF, 2004.
 Dumont, J.-P. *Le Scepticisme et le phénomène*, Vrin, 1972.
 Festugière, A.-J. *Épicure et ses dieux* (1946), PUF, 1985.
 ____, *Socrate*, Cerf, 1934.
 Foucault, M. *Histoire de la sexualité*, tomes II et III, Gallimard, 1984.
 Goldschmidt, V. *Le Système stoïcien et l'idée de temps*, Vrin, 1979.
 Goulet-Gazé, M.-O. *L'Ascèse cynique*, Vrin, 1986.
 Gourinat, J.-B. *Les stoïciens et l'âme*, PUF, 1996.
 Grimal, P. *Sénèque ou la conscience de l'Empire*, Les Belles Lettres, 1978; Fayard, 1991.
 Long, A. A. *Epictetus. A Stoic and Socratic Guide to Life*, Oxford, 2002.
 Nussbaum, M. C. *The Therapy of Desire*, 1994.
 Onfray, M. *Sagesses antiques : Contre histoire de la philosophie I*, Grasset, 2006.
 Pigeaud, J. *La Maladie de l'âme*, Les Belles Lettres, 2006.
 Rankin, H. D. *Sophists, Socratics and Cynics*, Croom / Helm, 1983.
 Romeyer Dherbey, G. et J.-B. Gourinat (éd.), *Les stoïciens*, Vrin, 2005.
 ____, *Socrate et les socratiques*, Vrin, 2001.
 Rist, J. M. *Epicurus. An Introduction*, Cambridge, 1972.
 Salem, J. *Lucrèce et l'éthique. La mort n'est rien pour nous*. Vrin, 1997.
 Sayre, F. *Diogenes of Sinope : A study of Greek Cynicism*, Furst, 1948.
 Sauvage, M. *Socrate et la conscience de l'homme*, Seuil, 1956.
 Vlastos, G. *Socrate. Philosophe moral et ironiste*, Aubier, 1994.
 ____, *Socratic Studies*, Cambridge, 1993.
 Voelke, A.-J. *L'Idée de liberté dans le stoïcisme*, PUF, 1973.

À propos des exercices philosophiques et du christianisme :

Hadot, «Exercices spirituels antiques et «philosophie chrétienne», *Exercices spirituels...*, 75-98.
 Hankey, W. J. «Philosophy as Way of Life for Christians?», *Laval théol. et phil.*, 59, 2, 2003.

Demian, T. *Socrate et Jésus*, L'Artisan du Livre, 1944.
 Foucault, M. «Les techniques de soi», *Dits et Écrits*, II, texte 363, Gallimard, 2001, 1602-32.
 Guillaumont, A. *Aux origines du monachisme chrétien*, Bellefontaine, 1979.
 Jaspers, K. *Les grands philosophes*, I, Plon, 1963.
 Lenoir, F. *Le Christ philosophe*, Plon, 2007.
 ____, *Socrate, Jésus, Bouddha : Trois maîtres de vie*, Fayard, 2009.
 Pacaut, M. *Les Ordres monastiques et religieux au Moyen Âge*, Nathan, 1993.
 Saint Ignace de Loyola, *Exercices spirituels, Texte définitif* (1548), Seuil, 1982.
 Spanneut, M. *Le stoïcisme des Pères de l'Église*, Seuil, 1957.

Autres textes pertinents: auteurs modernes et contemporains :

Gandhi, M. K. *Autobiographie ou mes expériences de vérité*, PUF, 2008.
Hume, D. *Essais sur le bonheur*, Mille et une nuits, 2011.
Montaigne, M. de. *Les Essais*, 3 vol. PUF, 1992.
Rousseau, J.-J. *Les rêveries du promeneur solitaire*, GF, 1964.
Schopenhauer, A. *Aphorismes sur la sagesse dans la vie*, PUF, 2004.
Shaftesbury, *Exercices*, Aubier, 1993.
Thoreau, H. D. *Walden ou la vie dans les bois*, Gallimard, 1990.
Wittgenstein, L. *Tractatus suivi des Investigations philosophiques*, Gallimard, 1961.

Foucault, M. *Dits et écrits II (1976-1988)*, Gallimard, 2001.
Friedmann, G. *La puissance et la sagesse*, Gallimard, 1970.
Herrigel, E. *Zen in the Art of Archery*, Routledge and Kegan Paul, 1953.
Naess, A. *Écologie, communauté et style de vie*, MF, 2008.
_____, *Life's Philosophy*, The University of Georgia Press, 2002.
Shusterman, R. *Practicing Philosophy: Pragmatism and the Philosophical Life*, Routledge, 1997.
Sloterdijk, P. *Tu dois changer ta vie*, Libella-Maren Sell, 2011.

Notes :

- ¹ Ph.D. et professeur au Collège Lionel-Groulx. Cet article est le premier d'une série consacrée à la philosophie comme mode de vie. L'auteur remercie messieurs Alexandre Simard, Mathieu Martel, Gilles Plante et Jean-Pierre Lepage d'avoir bien voulu discuter l'ébauche principale.
- ² Hadot, P. *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* Gallimard, 1995, p. 89.
- ³ Hadot, P. *Philosophy as a Way of Life : Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*, Edited and with an introduction by A. I. Davidson, translated by M. Chase, Blackwell, 1995.
- ⁴ *Exercices spirituels et philosophie antique*, Institut d'Études augustinienes, 1981, 4^e édition: Albin Michel, 2002 (Désormais: *Exercices spirituels...*)
- ⁵ «L'histoire de la pensée hellénique et romaine», *Exercices spirituels...*, 255-87.
- ⁶ *La philosophie comme manière de vivre: Entretiens*, Albin Michel, 2001.
- ⁷ *La philosophie comme manière de vivre*, 63-70 et 125-43. À ce sujet, voir *Plotin ou la simplicité du regard*, Gallimard, 1997 et *Wittgenstein et les limites du langage*, Vrin, 2004.
- ⁸ «La physique comme exercice spirituel ou pessimisme et optimisme chez Marc Aurèle», repris in *Exercices spirituels...*, 145-64.
- ⁹ Cet article liminaire fut rédigé en 1975-1976. *La philosophie comme manière de vivre*, 70.
- ¹⁰ Rabbow, P. *Seelenführung: Methodik der Exerzitien in der Antike*, Munich, 1954. À ce propos, voir «Exercices spirituels antiques et philosophie chrétienne», *Exercices spirituels...*, 75-7.
- ¹¹ Saint Ignace de Loyola, *Exercices spirituels, Texte définitif*, Seuil, 1982.
- ¹² Hadot, I. *Seneca und die griechisch-römische Tradition der Seelenleitung*, De Gruyter, 1969,
- ¹³ *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 19. Cf. aussi p. 21.
- ¹⁴ «La philosophie comme manière de vivre» in *Exercices spirituels...*, 294.
- ¹⁵ Sur la proximité entre philosophie antique et pratiques religieuses. Voir: Schuhl, P.-M. *Essai sur la formation de la pensée grecque*, 29-37. Gernet, L. *Anthropologie de la Grèce antique*, 239-58. Guthrie, W. K. C. *Orphée et la religion grecque*, Payot, 1983. Voir la note suivante.

-
- ¹⁶ À propos des exercices respiratoires: Vernant, J.-P. *Mythe et pensée chez les Grecs*, tome I, Maspéro, 1971, 94-6, 114. Au sujet du yoga, outre les travaux de M. Éliade, voir l'introduction de J. Varenne aux *Upanishads du Yoga*, Gallimard, 1971, 9-48. Pour l'origine chamanique, E. R. Dodds, *Les Grecs et l'Irrationnel*, Flammarion, 1977, 139-78. Cf. aussi Éliade, M. *Le chamanisme et les techniques archaïques de l'extase*, Payot, 1968. Hadot justifie son refus de développer sa réflexion en ces directions dans *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 280.
- ¹⁷ Mikalson, J. D. *La religion populaire à Athènes*, Perrin, 2008.
- ¹⁸ *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 355, 409.
- ¹⁹ *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 402-3.
- ²⁰ Plutôt que de définir le «mode de vie» philosophique, il paraît préférable de le caractériser par trois traits. À ce propos, le mode de vie renvoie à une attitude particulière à l'égard du monde, un choix de vie qui détermine en retour un type de discours et un éventail de pratiques.
- ²¹ *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 18. Cf. «Conversion», *Exercices spirituels...*, 223-35.
- ²² «La philosophie comme manière de vivre», *Exercices spirituels...*, 293 ; dans le même recueil, voir aussi «Exercices spirituels», 33-5, 53. À ce propos, enfin, voir les études remarquables de A.-J. Voelke: *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993.
- ²³ *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 334-52. *Exercices spirituels...*, 301.
- ²⁴ *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 18, 19, 410.
- ²⁵ «La philosophie comme manière de vivre», *Exercices spirituels...*, 292-3.
- ²⁶ À ce sujet, voir les deux articles: «Un dialogue interrompu avec Michel Foucault», *Exercices spirituels...*, 305-11; «Réflexion sur la notion de culture de soi», *Exercices spirituels...*, 323-32.
- ²⁷ *La philosophie comme manière de vivre*, 144-7. À ce propos, voir la vaste étude que consacre Hadot à ce thème: «Exercices spirituels» in *Exercices spirituels...*, 19-74.
- ²⁸ «La philosophie comme manière de vivre», *Exercices spirituels...*, 302-4. Sur tout ceci, voir : *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 276-333.
- ²⁹ Foucault, M. *L'herméneutique du sujet*, «Cour du 6 janvier : première heure» 19.
- ³⁰ *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 125. À propos du détachement des passions et des intérêts égoïstes, voir aussi «Exercices spirituels» in *Exercices spirituels...*, 52-4.
- ³¹ *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 309-14.
- ³² «La philosophie comme manière de vivre», *Exercices spirituels...*, 304. À ce propos aussi : «Le sage et le monde», *Exercices spirituels...*, 343-60.
- ³³ «Interprétation, objectivité et contresens», *La philosophie comme manière de vivre*, 106-25. Voir la préface de Hadot à Voelke, *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993, vii.
- ³⁴ Aristote, *Exhortation à la philosophie*, Les Belles Lettres, 2011.
- ³⁵ Par exemple, la *Lettre à Ménécée* d'Épicure, *Lettres, maximes, sentences*, LGF, 1994.
- ³⁶ *La philosophie comme manière de vivre*, 148-9.
- ³⁷ *Qu'est-ce que la philosophie antique ?* 268-9.
- ³⁸ *La philosophie comme manière de vivre*, 110; voir aussi 93-8.
- ³⁹ Foucault, M. «L'écriture de soi», *Dits et écrits II*, texte 329, Gallimard, 2001, 1234-49.
- ⁴⁰ Arrien, *Manuel d'Épictète*, trad. P. Hadot, LGF, Le livre de poche, 2000.
- ⁴¹ Marc Aurèle, *Écrits pour lui-même*, trad. P. Hadot, Les Belles Lettres, 1998.
- ⁴² Sénèque, *Entretiens. Lettres à Lucilius*, trad. Les Belles Lettres, rééd. Laffont, 1993.
- ⁴³ Voelke, A.-J. «La fonction heuristique de la tradition» in: *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993, 1-11. Cf. aussi «Intérêt de la raison et actualité des textes philosophiques anciens», art. réédité in *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993, 13-33.

-
- ⁴⁴ *L'herméneutique du sujet*, Seuil-Gallimard, 2001, 226-8. Le terme *ethopoïeis* est attribué par Foucault à Plutarque : «L'écriture de soi», *Dits et écrits II*, texte 329, Gallimard, 2001, 1237.
- ⁴⁵ À ce propos, voir : Dorion, L.-A. *Socrate*, PUF, 2004.
- ⁴⁶ Bréhier, É. *Histoire de la philosophie*, tome 1, 2, 1961, 264-7. À propos des socratiques, voir: Roettmeyer Dherbey, G. et J.-B. Gourinat (éd.), *Socrate et les socratiques*, Vrin, 2001.
- ⁴⁷ Platon, *Apologie de Socrate*, 29 d-e.
- ⁴⁸ Platon, *Apologie de Socrate*, 41 d. Cf. *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 65.
- ⁴⁹ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 60-6.
- ⁵⁰ Platon, *Apologie de Socrate*, 38 a.
- ⁵¹ Dorion, L.-A. «*Akrasia et enkrateia dans les Mémoires de Xénophon*», *Dialogue*, 4-42, 2003
- ⁵² Balaudé, J.-F. *Le savoir-vivre-philosophique*, Grasset, 2010, 144
- ⁵³ Arendt, H. «Le deux-en-un», *La vie de l'esprit*, tome 1, PUF, 1981, 190-219.
- ⁵⁴ «Ne faudrait-il donc pas, Socrate, que tu penses aussi à ce que tu vas dire pour te défendre ?» Socrate lui répondit tout d'abord: «Ne te semble-t-il donc pas que j'ai passé ma vie entière à préparer ma défense ?» Xénophon, *Apologie de Socrate*, 3-4, Les Belles Lettres, 1961, 102-3.
- ⁵⁵ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 56.
- ⁵⁶ Selon Hadot, la *sophia* comme mode d'existence idéal se caractérise par trois traits: la paix de l'âme (*ataraxia*), la liberté intérieure (*autarkeia*) et la conscience cosmique (*megalopsuchia*). Cf. *Exercices spirituels...*, 291, 309 et *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 334-52.
- ⁵⁷ Goulet-Cazé, M.-O. et O. Paquet, *Les cyniques grecs*, Livre de poche, 1992, 18, 20.
- ⁵⁸ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 170-1.
- ⁵⁹ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 172. À ce propos, Goulet-Cazé, M.-O. et O. Paquet, *Les cyniques grecs*, LGF, Livre de poche, 1992, 9.
- ⁶⁰ Laërce, D. *Vies et doctrines des philosophes illustres*, VI, Le livre de poche, 1999.
- ⁶¹ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 173.
- ⁶² Laërce, D. *Vies et doctrines des philosophes illustres*, VI, 32, 38. À ce propos, Goulet-Cazé, M.-O. et O. Paquet, *Les cyniques grecs*, LGF, Livre de poche, 1992, 77-8.
- ⁶³ Pour cette interprétation et la question de la vraie vie chez les cyniques: Foucault, *Le courage de la vérité*. (Cours de 1984), Seuil-Gallimard, 2009.
- ⁶⁴ Laërce, D. *Vies et doctrines des philosophes illustres*, Le livre de poche, 1999,
- ⁶⁵ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 175.
- ⁶⁶ Bréhier, É. *Histoire de la philosophie*, tome 1, 2, 1961, 375.
- ⁶⁷ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 176. Cf. Brochard, V. *Les Sceptiques grecs*, Livre de poche, 2002, 68.
- ⁶⁸ Laërce, *Vies et doctrines...*, IX, 105-6. Cf. Conche, M. *Pyrrhon ou l'apparence*, PUF, 1994.
- ⁶⁹ Sextus Empiricus, *Hypotyposes*, I, 194-204. Voir Laërce, D. *Vies et doctrines...*, IX, 61-4.
- ⁷⁰ Sextus Empiricus, *Hypotyposes*, III, 235.
- ⁷¹ Épicure, *Lettre à Ménécée*, 124 : *Lettres, maximes, sentences*, Le livre de poche, 1994, 192.
- ⁷² *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 180-2.
- ⁷³ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 191-2. Cf. «Introduction» à Épicure, *Lettres, maximes, sentences*, LGF, Le livre de poche, 1994, 113.
- ⁷⁴ Balaudé, J.-F. «Introduction» à Épicure, *Lettres, maximes, sentences*, Livre de poche, 1994, 18-23. Voir aussi A.-J. Voelke, *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993.
- ⁷⁵ Épicure, *Maxime capitale*, XII, Cf. *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 184-5.

- ⁷⁶ Voelke, A.-J. «Opinions vides et troubles de l'âme», *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993, 59-72.
- ⁷⁷ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 199. Cf. Sénèque, *Lettre 20*, 2-5. In *Entretiens. Lettres à Lucilius*, rééd. Laffont, 1993, 649.
- ⁷⁸ Épictète, *Manuel*, I, I, GF, 1964, 207. Voir les *Entretiens*, I, I, Gallimard, 1993. 13-6.
- ⁷⁹ Sénèque, *Lettre 93*, 2-3. *Lettres à Lucilius*, Les Belles Lettres, rééd. Laffont, 1993, 932.
- ⁸⁰ «Une clé des *Pensées* de Marc Aurèle : Les trois *topoi* philosophiques selon Épictète» in : *Exercices spirituels...*, 165-192. Voir aussi *La Citadelle intérieure*, Fayard, 1995.
- ⁸¹ Jaspers, K. *Les grands philosophes*, I, Plon, 1963. Deman, T. *Socrate et Jésus*, L'Artisan du Livre, 1944. Voir Hadot, *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 46-7.
- ⁸² Lenoir, F. *Le Christ philosophe*, Plon, 2007. Voir aussi la bibliographie proposée plus haut.
- ⁸³ Domanski, J. *La philosophie, thérapie ou manière de vivre?* Cerf, 1996, 114-9. Cf. «Quelques observations sur l'attitude d'Érasme envers la philosophie», *Neohelicon*, 3-1975, 1-2, 87-108.
- ⁸⁴ Lenoir, F. *Socrate, Jésus, Bouddha : Trois maîtres de vie*, Fayard, 2009.
- ⁸⁵ Ignace de Loyola, *Exercices spirituels*, Seuil, 1982. Cf. Hadot, «Exercices spirituels antiques et philosophie chrétienne», *Exercices spirituels...*, 75-7.
- ⁸⁶ *Exercices spirituels...*, 296-7 et 313-9. Cette thèse est discutée par W. J. Hankey, «Philosophy as way of life for Christians ?», *Laval théologique et philosophique*, 59, 2, 2003, 193-224.
- ⁸⁷ «Exercices spirituels antiques et philosophie chrétienne», *Exercices spirituels...*, 77. Cf. 296.
- ⁸⁸ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 355. Cf. *Exercices spirituels...*, 296.
- ⁸⁹ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 356.
- ⁹⁰ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 357-8. Cf. *Exercices spirituels...*, 79.
- ⁹¹ «Exercices spirituels antiques et philosophie chrétienne», *Exercices spirituels...*, 79.
- ⁹² «Exercices spirituels antiques et...», *Exercices spirituels...*, 89. Cf. 26-7.
- ⁹³ «Exercices spirituels antiques et...», *Exercices spirituels...*, 89.
- ⁹⁴ «Exercices spirituels antiques et...», *Exercices spirituels...*, 90. À ce propos, cf. Foucault, M. «L'écriture de soi», *Dits et écrits II*, texte 329, Gallimard, 2001, 1234-49.
- ⁹⁵ Foucault, M. «L'éthique du souci de soi...», *Dits et écrits*, 356, 1536
- ⁹⁶ «Exercices spirituels antiques et...», *Exercices spirituels...*, 81. Cf. aussi *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 372.
- ⁹⁷ *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, 15-6. Cf. voir aussi «La philosophie comme manière de vivre», *Exercices spirituels...*, 298-9.
- ⁹⁸ Foucault, M. *L'herméneutique du sujet*, 6 janvier 1982 «Première heure»: 15-20 ; citation 19.
- ⁹⁹ Foucault, M. *Le courage de la vérité*, Cours du 29 février 1984 «Deuxième heure»: 170-1.
- ¹⁰⁰ *Exercices spirituels...*, 60-74.
- ¹⁰¹ «Exercices spirituels» in *Exercices spirituels...*, 74
- ¹⁰² «Michelet et Marc Aurèle», *Exercices spirituels...*, 193-220.
- ¹⁰³ «Il y a de nos jours des professeurs de philosophie, mais pas de philosophes», *Exercices spirituels...*, 333-42 ; citation : 341.
- ¹⁰⁴ *La philosophie comme manière de vivre*, 104-5.
- ¹⁰⁵ *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, 395-8.
- ¹⁰⁶ *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, 395-8.
- ¹⁰⁷ *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, 392-407 ; voir aussi : *Exercices spirituels...*, 298-9.
- ¹⁰⁸ «La figure de Socrate», *Exercices spirituels...*, 108.
- ¹⁰⁹ «La figure de Socrate», *Exercices spirituels...*, 133-41

-
- ¹¹⁰ *N'oublie pas de vivre: Goethe et la tradition des exercices spirituels*, Albin Michel, 2008.
- ¹¹¹ Sur Wittgenstein, *La philosophie comme manière de vivre*, 191, 211-5. Voir la note suivante.
- ¹¹² *Wittgenstein et les limites du langage*, Vrin, 2004, 8.
- ¹¹³ «Jeux de langage et philosophie», *Wittgenstein et les limites du langage*, Vrin, 2004, 83-103. Sur la dimension pragmatique, Voelke, *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993.
- ¹¹⁴ *N'oublie pas de vivre: Goethe et la tradition des exercices spirituels*, Albin Michel, 2008, 11.
- ¹¹⁵ «Schopenhauer éducateur» § 3, *Considérations inactuelles: Œuvres complètes de Friedrich Nietzsche*, Mercure de France, vol. 5, t. II, 1922, p. 25.
- ¹¹⁶ Balaudé, «Vivre philosophiquement aujourd'hui?», *Cahiers philosophiques*, 120, 2009, 9-14.
- ¹¹⁷ Hadot, *La citadelle intérieure : Introduction aux Pensées de Marc Aurèle*, Fayard, 1992, 110; voir également *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, 413-4.
- ¹¹⁸ Sénèque, *Lettres à Lucilius*, 64 in *Entretiens. Lettres à Lucilius*, Laffont, 1993, 752-3.
- ¹¹⁹ Voir la série d'études de J.-F. Balaudé: *Le savoir-vivre-philosophique*, Grasset, 2010.
- ¹²⁰ Exception faite des auteurs qui ont réintégré la *virtue ethics*, dont E. Anscombe, «On Modern Moral Philosophy», *Philosophy*, 33, 1958, 1-19; A. MacIntyre, *After Virtue*, Duckworth, 1985. et, parmi d'autres, Hursthouse, R. *On Virtue Ethics*, Oxford University Press, 2001.
- ¹²¹ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 418-9. Voir *Exercices spirituels...*, 376.
- ¹²² *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 299, 301.
- ¹²³ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 309. À ce propos, Hadot cite Sénèque: «Pour ma part, j'ai l'habitude de prendre beaucoup de temps à la contemplation de la sagesse; je la regarde avec la même stupéfaction avec laquelle à d'autres moments je regarde le monde, ce monde qu'il m'arrive bien des fois de regarder comme si je le voyais pour la première fois.» (trad. Hadot). Cf. *Lettres à Lucilius*, 64,6 in *Entretiens. Lettres à Lucilius*, Laffont, 1993, 752.
- ¹²⁴ *Qu'est-ce que la philosophie antique?* 127-8, 314, 316.
- ¹²⁵ «Le sage et le monde», *Exercices spirituels...*, 359.
- ¹²⁶ La question est de savoir si la philosophie comme mode de vie peut faire l'économie d'une «mystique». Dans la perspective de Hadot, ce n'est pas clair : *Exercices spirituels...*, 330-2.
- ¹²⁷ «Mes livres et mes recherches», *Exercices spirituels...*, 376.
- ¹²⁸ «*Qu'est-ce que l'éthique?*», *Exercices spirituels...*, 380.
- ¹²⁹ Voir «Le sage et le monde», *Exercices spirituels...*, 345. Cf. le dialogue avec Foucault, 332.
- ¹³⁰ *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, 413-4.
- ¹³¹ «Le sage et le monde», *Exercices spirituels...*, 346.
- ¹³² *La philosophie comme manière de vivre*, 145.
- ¹³³ «La philosophie comme manière de vivre», *Exercices spirituels...*, 304.
- ¹³⁴ «Un dialogue interrompu avec Michel Foucault», *Exercices spirituels...*, 305-11. «Réflexions sur la notion de culture de soi », *Exercices spirituels...*, 323-32.
- ¹³⁵ Foucault, M. *Dits et écrits II (1976-1988)*, Gallimard, 2001.
- ¹³⁶ Voelke, A.-J. *La philosophie comme thérapie de l'âme*, Cerf, 1993, 13-33.
- ¹³⁷ Gandhi, *Autobiographie ou mes expériences de vérité*, PUF, 2003.
- ¹³⁸ Rilke, R. M. *Lettres à un jeune poète*, Grasset, 1937.
- ¹³⁹ Naess, A. *Écologie, communauté et style de vie*, MF, 2008. Voir en outre : *Life's Philosophy : Reason and Feeling in a deeper World*, The University of Georgia Press, 2002.
- ¹⁴⁰ «Un dialogue interrompu avec Michel Foucault», *Exercices spirituels...*, 311.