

## Lecture et écriture dans le stoïcisme impérial. Epictète, Sénèque et Marc Aurèle

**Auteur** : Jacquemin, Mathilde

**Promoteur(s)** : Gavray, Marc-Antoine

**Faculté** : Faculté de Philosophie et Lettres

**Diplôme** : Master en langues et lettres anciennes, orientation classiques, à finalité approfondie

**Année académique** : 2019-2020

**URI/URL** : <http://hdl.handle.net/2268.2/10796>

---

### *Avertissement à l'attention des usagers :*

*Tous les documents placés en accès ouvert sur le site le site MatheO sont protégés par le droit d'auteur. Conformément aux principes énoncés par la "Budapest Open Access Initiative"(BOAI, 2002), l'utilisateur du site peut lire, télécharger, copier, transmettre, imprimer, chercher ou faire un lien vers le texte intégral de ces documents, les disséquer pour les indexer, s'en servir de données pour un logiciel, ou s'en servir à toute autre fin légale (ou prévue par la réglementation relative au droit d'auteur). Toute utilisation du document à des fins commerciales est strictement interdite.*

*Par ailleurs, l'utilisateur s'engage à respecter les droits moraux de l'auteur, principalement le droit à l'intégrité de l'oeuvre et le droit de paternité et ce dans toute utilisation que l'utilisateur entreprend. Ainsi, à titre d'exemple, lorsqu'il reproduira un document par extrait ou dans son intégralité, l'utilisateur citera de manière complète les sources telles que mentionnées ci-dessus. Toute utilisation non explicitement autorisée ci-avant (telle que par exemple, la modification du document ou son résumé) nécessite l'autorisation préalable et expresse des auteurs ou de leurs ayants droit.*

---

# **Lecture et écriture dans le stoïcisme impérial : Épictète, Marc Aurèle et Sénèque**

TFE présenté par Mathilde JACQUEMIN en vue de l'obtention  
d'un grade de Master en Langues et lettres anciennes, orientation  
classiques, à finalité approfondie

Lecteurs : Marie-Hélène MARGANNE et Bruno ROCHETTE

**Année académique 2019-2020**

## Remerciements

Je tiens à remercier toutes les personnes qui m'ont aidée à mener à bien ce travail de fin d'études.

Mes remerciements vont d'abord à mon promoteur, Monsieur Gavray, pour sa patience, sa disponibilité, et surtout pour ses critiques constructives et ses judicieux conseils qui ont contribué à alimenter ma réflexion.

Je tiens également à témoigner toute ma reconnaissance aux personnes de mon entourage pour l'aide qu'elles ont chacune apportée à la réalisation de ce travail : mon papa, Olivier Jacquemin, pour ses nombreuses relectures et corrections ; mes amies, Camille et Koralyne, pour leurs relectures ; mon frère, Julian, pour tous les détails de mise en page.

# Table des matières

<b>INTRODUCTION GENERALE .....</b>	<b>5</b>
État de la question et nouvelle perspective .....	7
Contexte.....	9
Structure et méthodologie.....	11
<b>PREMIERE PARTIE</b>	
La conception stoïcienne de la lecture et de l'écriture en tant que pratiques philosophiques à finalité éthique	
<b>INTRODUCTION .....</b>	<b>15</b>
<b>CHAPITRE PREMIER : La lecture et l'écriture comme propédeutiques .....</b>	<b>19</b>
Exercices spirituels et lecture.....	20
Construction de soi et écriture .....	26
Les hypomnêmata .....	27
La correspondance .....	33
Le stoïcisme comme manière de vivre .....	39
<b>CHAPITRE II : Comparaison : thème et procédé stylistique .....</b>	<b>46</b>
L'image de l'athlète .....	47
La métaphore alimentaire .....	54
Confrontation des comparaisons .....	58
Comparaison et discours philosophique .....	59
<b>CHAPITRE III : Lecture d'usage et usage de l'écriture .....</b>	<b>67</b>
Lecture d'usage : dimension objective .....	70
Usage de la lecture couplée à l'écriture .....	77
<b>CONCLUSION.....</b>	<b>80</b>

## SECONDE PARTIE

### La conception stoïcienne de la lecture et de l'écriture à l'œuvre chez Épictète, Marc Aurèle et Sénèque

<b>CHAPITRE PREMIER : Épictète : la lecture des <i>Entretiens</i> et l'écriture du <i>Manuel</i> .....</b>	<b>84</b>
L'apprentissage par les <i>Entretiens</i> .....	85
L'assimilation par le <i>Manuel</i> .....	99
<b>CHAPITRE II : Marc Aurèle : Les <i>Pensées dogmatiques</i>.....</b>	<b>107</b>
Les dogmes et leurs formulations.....	108
Les citations dogmatiques.....	113
<b>CHAPITRE III : Sénèque : la direction spirituelle des <i>Lettres à Lucilius</i>.....</b>	<b>119</b>
Direction spirituelle et pratique de la philosophie.....	120
Direction spirituelle et citations .....	124
Les dogmes d'Épicure.....	125
Les préceptes de Virgile .....	131
<b>CONCLUSION GENERALE.....</b>	<b>138</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE .....</b>	<b>142</b>

## Introduction générale

Dans son opuscule intitulé *Contre un ignorant bibliomane*, Lucien de Samosate, auteur prolifique et mordant satiriste du II<sup>e</sup> siècle après J.-C., dresse le portrait d'un certain type de lecteur de son temps, celui qui accumule les livres, en lit peut-être beaucoup, mais n'en retient pas grand-chose, incapable qu'il est de « discerner les beautés et les défauts des textes, de comprendre chaque passage, d'apprécier le style de l'auteur<sup>1</sup> ». À ses yeux, il s'agit d'un lecteur « incompetent », mais dont il note qu'il « a toujours un livre à la main » et qu'il sait lire « d'une voix sûre et rapide ». Lucien présente ce collectionneur de livres comme un lecteur qui « offense » le livre « en dénaturant son sens », qui confond les auteurs, les œuvres et les genres littéraires, qui écorche la poésie et la prose, qui n'oserait d'ailleurs pas se faire passer pour « quelqu'un d'instruit », mais qui est tout de même quelqu'un qui lit ou se fait lire des livres. Cette anecdote révèle que la lecture au début de l'Empire romain est une pratique qui prend de l'ampleur, s'apparentant à un phénomène de « mode » que l'on s'est mis à suivre sans trop savoir pourquoi ni comment. Par ce portrait, il dénonce une catégorie de lecteurs qui, à défaut de lire pour s'instruire, lit par plaisir, par habitude ou pour le prestige de la culture<sup>2</sup>.

De manière moins virulente, cette réalité avait déjà été révélée quelques années auparavant par Cicéron qui, dans son traité intitulé *Des termes extrêmes des Biens et des Maux*, raconte que des individus de condition modeste lisent ou écoutent lire des ouvrages d'histoire pour la *voluptas* de la lecture, et non pour son *utilitas*, comme le font les lecteurs plus instruits<sup>3</sup>.

On trouve également un indice de cet engouement pour la lecture de la part d'individus de condition modeste chez Pline qui, dans une de ses lettres adressée à « son cher Maximus », relate une anecdote au sujet de Tacite :

Il (Tacite) me racontait qu'il y avait, assis près de lui aux derniers jeux du cirque, un chevalier romain. Celui-ci, après avoir parlé de sujets divers, et savamment, lui aurait demandé : « Es-tu italien ou provincial ? » Lui aurait répondu : « Tu me connais, et cela grâce à mes travaux. » Ce à quoi l'autre répartit : « Es-tu Tacite ou Pline ? » Je ne puis exprimer tout le plaisir que j'ai à voir que nos noms, comme s'ils désignaient à proprement parler la littérature et non des hommes, sont donnés à la littérature, à voir que nous sommes tous deux, grâce à nos travaux, connus même des gens dont nous sommes par ailleurs inconnus.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> LUCIEN, *Ind.*, 2-4 ; 7 ; 18-19 ; 24.

<sup>2</sup> CAVALLO G., « Du volumen au codex. La lecture dans le monde romain », dans CAVALLO G. ET CHARTIER R. (éds.), *Histoire de la lecture dans le monde occidental*, Paris, Seuil, 1997, p. 93.

<sup>3</sup> CICÉRON, *De fin.*, V, 52.

<sup>4</sup> PLINE, *Lettres*, IX, 23, 2.

Si cet événement est mentionné par Pline avant tout pour exprimer sa fierté de faire partie des grands noms de la littérature de son époque, il fait allusion à cette catégorie de lecteurs de condition « modeste »<sup>5</sup> qui s'est développée durant les premiers siècles de l'Empire romain<sup>6</sup>, mentionnée par Cicéron et dont Lucien, comme à son habitude, s'est amusé à grossir les traits dans son portrait. Le personnage dont il est question dans cette anecdote est un chevalier et Pline mentionne expressément ce statut social avec les termes *equitem romanum*. Tout l'intérêt de cette histoire réside dans le fait que Pline décrit une situation qui semble être pour lui inhabituelle et même paradoxale : l'interlocuteur de Tacite, qui n'est qu'un « chevalier », discute « savamment » de sujets divers et, par la réponse qu'il donne, fait comprendre qu'il a lu Tacite et Pline.

À la différence de Lucien qui fait preuve de sarcasme et de mépris, Pline est en proie à une sorte d'émerveillement et de satisfaction, voire même d'excitation, face à cet événement. On le perçoit très bien dans la deuxième partie de l'extrait, où il écrit que Tacite et lui sont « connus même des gens dont ils sont par ailleurs inconnus ». Cette phrase appuie encore cette idée de « propagation » de la pratique de la lecture durant les premiers siècles de l'Empire. À cette époque, en effet, la littérature n'est plus seulement confinée aux cénacles littéraires fermés et rassemblés par des grandes familles de la noblesse, où écrivains et lecteurs se côtoient et donc se connaissent<sup>7</sup>. Le nouveau lectorat de l'Empire romain constitue une masse de lecteurs anonymes, inconnus personnellement des auteurs<sup>8</sup>.

À travers le portrait de Lucien, l'observation de Cicéron et le récit de Pline, l'engouement croissant pour la lecture de la part d'individus n'appartenant pas à la classe aristocratique dirigeante apparaît comme un phénomène socio-culturel<sup>9</sup> que l'on pourrait apparenter à un « essor » ou à une « vulgarisation » de cette pratique. Cette situation inédite constitue un motif d'écriture à tel point que Lucien, par exemple, consacre un traité entier à ce qui semble en être une dérive : les « ignorants bibliomanes ». Contrairement à Cicéron et à

---

<sup>5</sup> L'adjectif « modeste » est ici à prendre non pas dans son sens absolu de « pauvre », mais dans son sens relatif par rapport à la classe aristocratique dirigeante. Par ailleurs, il est intéressant de constater que l'ordre équestre s'est surtout constitué et développé à partir de l'Empire. Cf. G.-A. PAULIAT et M. PAULIAT, *Civilisations grecque et romaine*, Paris, Ellipses, 1992, p. 118.

<sup>6</sup> Au sujet de cette nouvelle catégorie de lecteurs, sa naissance, ses caractéristiques et ses influences sur la littérature, voir CAVALLO (1997), p. 92-100.

<sup>7</sup> Au sujet des cercles littéraires, leur évolution entre l'époque républicaine et l'époque impériale, leur composition, leur activité, voir SALLES C., *Lire à Rome*, Paris, Les Belles Lettres, 1992, p. 111-113.

<sup>8</sup> CAVALLO (1997), p. 83-84.

<sup>9</sup> Par ailleurs, nous allons le voir, il existe un certain nombre de travaux scientifiques proposant une étude de la lecture à Rome dans cette perspective socio-culturelle et répondant aux questions de la composition du lectorat romain et des modalités de lecture.

Pline, Lucien ne fait pas que mettre le doigt sur une nouvelle catégorie de lecteurs. Son ton moqueur et sarcastique laisse entrevoir le mépris qu'il éprouve envers ces lecteurs qui, selon lui, ne font pas un bon usage des livres. Dès lors, cette description pose la question d'une lecture « correcte » des œuvres littéraires. Dans son opuscule, Lucien n'en donne qu'une brève réponse :

Il y a deux avantages que l'on peut retirer du commerce avec les anciens : l'un est de s'exprimer avec élégance, l'autre d'apprendre à faire le bien par l'imitation des meilleurs modèles, et à éviter le mal. Mais celui qui, dans sa conduite et dans ses paroles, montre qu'il n'a retiré aucune utilité des livres, fait-il autre chose que de tailler, en les achetant, de la besogne aux rats, des demeures aux vers et des coups aux esclaves sous prétexte de négligence ?<sup>10</sup>

Ces quelques lignes attestent une conception éthique de lecture : un bon lecteur s'inspire de ce qu'il lit et le met en pratique dans sa vie de tous les jours. Cette idée de l'utilité morale des livres est largement développée dans la philosophie. En effet, le phénomène socio-culturel d'« essor » ou de « vulgarisation » de la lecture dénoncé dans la littérature des premiers siècles de l'Empire a fait l'objet d'une réappropriation par les philosophes qui se sont profondément interrogés sur le rapport au texte afin de répondre, à travers leurs œuvres, à la double question de la lecture et de l'écriture : que lit-on et pourquoi ? pour qui écrit-on et comment ? De leur point de vue, il ne s'agit ni de tout lire, ni de tout consigner par écrit, mais de procéder à une sélection qui doit servir au quotidien. Le fait de réfléchir à la lecture et à l'écriture et, qui plus est, d'y réfléchir en se posant de telles questions implique d'une part de considérer ces deux pratiques comme des manières de faire de la philosophie et d'autre part de leur attribuer ainsi une finalité concrète, en l'occurrence éthique.

### *État de la question et nouvelle perspective*

Le fait de lire des œuvres littéraires implique nécessairement un objet, un créateur et un consommateur : un livre, un écrivain et un lecteur<sup>11</sup>. Ces composantes, indissociables dans les faits, ont chacune été étudiées d'une manière particulière en fonction de différents aspects de la lecture et de l'écriture auxquels elles renvoient. L'examen du livre implique de s'intéresser à sa production, sa composition, son utilisation, son édition et sa diffusion, ainsi qu'aux lectures publiques, aux cercles littéraires, aux concours littéraires et aux bibliothèques dont il fait l'objet. L'étude de l'écrivain induit l'analyse de son statut, qui dépend de la culture et de la société

---

<sup>10</sup> LUCIEN, *Ind.*, 17.

<sup>11</sup> SALLES (1992), p. 11.



intellectuelle de son époque, du rapport qu'il entretient avec le pouvoir et avec ses contemporains. La réflexion au sujet du lecteur pose les questions de la réception et de l'influence du public sur la littérature et permet d'envisager les rapports qu'entretient le public avec la culture.

Cette esquisse des différentes réalités qui composent la lecture et l'écriture montre combien ces dernières constituent un sujet d'investigation aux multiples facettes et nécessitent des compétences dans de nombreux domaines de recherche : papyrologie et codicologie, philologie et linguistique, histoire et histoire de la littérature, sociologie et anthropologie. Ces aspects de la lecture dans l'Antiquité ont été étudiés de manière approfondie par différents chercheurs. Catherine Salles a écrit un ouvrage intitulé *Lire à Rome*<sup>12</sup> dans lequel, dès la première page, elle énonce la thèse, qui sera le fil rouge de sa réflexion, selon laquelle « la littérature est en elle-même un phénomène social et original à part entière<sup>13</sup>. » Guglielmo Cavallo s'est aussi intéressé à ce sujet dans son article intitulé « Du volumen au codex. La lecture dans le monde romain »<sup>14</sup>. Il y traite des grandes mutations de la lecture à Rome ayant eu lieu entre le III<sup>e</sup> siècle et le I<sup>er</sup> siècle avant J.-C. : floraison de la littérature latine, naissance de bibliothèques privées, émergence d'un nouveau public de lecteurs et apparition du *volumen* littéraire latin. Tiziano Dorandi, dans son ouvrage intitulé *Le stylet et la tablette. Dans le secret des auteurs antiques*<sup>15</sup>, s'est quant à lui surtout intéressé aux pratiques de composition, de diffusion et de publication des œuvres littéraires antiques. Nous constatons que ces trois auteurs ont en commun d'envisager la lecture et l'écriture selon un point de vue technique et/ou un sociologique. Ils examinent systématiquement le fait de lire et d'écrire dans leur fonctionnement mais aussi dans leur rapport aux individus et à la vie en société. Dans l'introduction de son ouvrage intitulé *La lecture à Rome. Rites et pratiques*<sup>16</sup>, Emmanuelle Valette-Cagnac fait remarquer cet état de la question et déclare, en parlant notamment des recherches de Catherine Salles et de Guglielmo Cavallo, que « la caractéristique commune de tous ces travaux est de s'intéresser moins à la lecture proprement dite, qu'à l'écrit et ses appropriations<sup>17</sup> ». À travers ses recherches, elle entend prouver que la lecture constitue un objet à part entière, un acte dissociable de l'écriture, ayant des spécificités culturelles. Pour ce

---

<sup>12</sup> SALLES C., *Lire à Rome*, Paris, Les Belles Lettres, 1992.

<sup>13</sup> SALLES (1992), p. 11.

<sup>14</sup> CAVALLO G., « Du volumen au codex. La lecture dans le monde romain », dans CAVALLO G. ET CHARTIER R. (éds.), *Histoire de la lecture dans le monde occidental*, Paris, Seuil, 1997, p. 79-107.

<sup>15</sup> DORANDI T., *Le stylet et la tablette. Dans le secret des auteurs antiques*, Paris, Les Belles Lettres, 2000.

<sup>16</sup> VALETTE-CAGNAC E., *La lecture à Rome. Rites et pratiques*, Paris, Belin, 1997.

<sup>17</sup> VALETTE-CAGNAC (1997), p. 10.

faire, elle décrit et analyse les pratiques et situations de lecture qui avaient cours dans le monde romain depuis le milieu de la République jusqu'à la fin du Haut-Empire, à savoir ce qu'elle appelle l'« écriture orale ».

Nous voyons que la lecture et l'écriture ont déjà été envisagées selon des points de vue technique, littéraire et sociologique. Ce travail a pour ambition de proposer une perspective qui permettra de compléter ce vaste sujet d'investigation en prenant pour filtre la philosophie. Pour étudier la lecture et l'écriture en tant que pratiques philosophiques à finalité éthique, nous prendrons en compte les discours tenus sur ces pratiques, autrement dit la façon dont elles sont représentées et mobilisées dans les œuvres des philosophes<sup>18</sup>, en l'occurrence Épictète, Sénèque et Marc Aurèle<sup>19</sup>. C'est précisément en vertu de cette démarche que ce travail propose un angle d'attaque ciblé et neuf : à travers l'étude philologique des textes, nous entendons faire émerger la conception philosophique de la lecture et de l'écriture.

## *Contexte*

Les premiers siècles de l'Empire romain constituent une époque où l'écrit, au sens large du terme, est en constante évolution<sup>20</sup>. Dans une Rome toujours plus soumise à l'influence grecque, les lettres latines s'épanouissent de manière remarquable : la grande littérature romaine est dans la fleur de l'âge, les bibliothèques privées et publiques sont de plus en plus nombreuses, l'édition se développe grâce, notamment, à l'invention du *volumen* littéraire latin. L'activité littéraire est alors considérée comme particulièrement valorisante. Cet intérêt pour le livre, aussi bien en tant que contenant qu'en tant que contenu, révèle que la lecture et l'écriture sont devenues des pratiques d'ordre privé<sup>21</sup>. Si auparavant seule une élite aristocratique et intellectuelle cultivant l'*otium* lisait pour s'instruire, le lectorat s'élargit au début de l'époque

---

<sup>18</sup> En ce sens, nous rejoignons la démarche d'Emmanuelle Valette-Cagnac qui prend en compte les discours tenus sur les pratiques de la lecture et l'écriture, autrement dit la façon dont elles étaient représentées dans les textes eux-mêmes. Dans son ouvrage intitulé *Lire à Rome. Rites et pratiques*, elle décrit et analyse la lecture des épithaphes, celle des œuvres littéraires, des projets de lois, ou encore des formules rituelles.

<sup>19</sup> Nous expliquons ce choix de corpus dans la partie *Contexte*.

<sup>20</sup> CAVALLO (1997), p. 83 et SALLES (1992), p. 12.

<sup>21</sup> CAVALLO (1997), p. 80-81. Il en donne pour preuve un épisode relaté par Plutarque dans *Caton le Jeune* 68,2-70,2. Selon le biographe, Caton d'Utique, avant de se suicider, s'était retiré dans sa chambre avec le dialogue de Platon qui traite de l'immortalité de l'âme, le *Phédon*, et il en avait déjà lu une bonne partie quand, constatant que son épée n'était pas accrochée à sa place habituelle, il interroge un esclave, sans obtenir de réponse ; il retourne alors à sa lecture, s'interrompant pour demander à l'esclave de la lui rapporter. Mais une fois le livre terminé, l'épée n'est toujours pas là, et il doit donner de la voix pour qu'on lui obéisse. L'arme est enfin apportée, et il se replonge dans le *Phédon* qu'il relit entièrement deux fois. Là-dessus, il s'assoupit, puis finit par s'enfoncer l'épée dans la poitrine. Selon Cavallo, cet épisode atteste d'une part une lecture privée, qui a lieu dans l'intimité de la chambre, interrompue par des ordres donnés aux domestiques et une sieste, et d'autre part une lecture cultivée désormais répandue dans la classe dirigeante romaine.

impériale. On voit ainsi apparaître une nouvelle masse de lecteurs anonymes issus des classes moyennes voire inférieures pratiquant la lecture pour le plaisir. Le public de la production littéraire est donc plus hétérogène et stratifié qu'il ne l'a jamais été : il est constitué de lecteurs cultivés que sont les aristocrates, de lecteurs moyennement instruits que sont les professeurs de grammaire et de rhétorique, et de lecteurs modestes qui cherchent, par le biais de la lecture, à imiter les groupes précédents<sup>22</sup>. Lire est devenu, dès les premiers siècles de l'Empire, un facteur d'élévation et de distinction sociale<sup>23</sup>. D'ailleurs, l'apparition de ce nouveau public moyen, distinct à la fois des hautes sphères aristocratiques et professorales cultivées et du conglomerat des analphabètes, est à mettre en relation avec l'important progrès de l'alphabétisation<sup>24</sup>. Bref, le début de l'Empire romain constitue une période d'effervescence de l'écrit sur les plans technique, littéraire et socio-culturel, où une évolution en entraîne systématiquement une autre.

C'est dans ce contexte qu'Épictète, Sénèque et Marc Aurèle se livrent, à travers leurs œuvres, à des réflexions sur la façon dont il convient de pratiquer la lecture et l'écriture. Ces trois représentants majeurs du Stoïcisme impérial<sup>25</sup> sont les seuls pour lesquels nous disposons de textes suivis, par opposition aux fragments et témoignages auxquels nous en sommes réduits pour les périodes précédentes. Dans ces conditions, il est possible de reconstituer une conception relativement complète et assurée de la lecture et de l'écriture à cette époque. Par ailleurs, nous le verrons, ces trois auteurs ont particulièrement insisté sur la dimension pratique de la philosophie<sup>26</sup>. Leur objectif étant de s'approcher le plus possible de l'idéal du Sage, ils indiquent comment vivre, comment (ré)agir, comment pratiquer telle activité dans cette optique de sagesse. Le fait de lire et d'écrire n'y échappe pas. Ce profond ancrage dans la dimension concrète de la philosophie est sans doute lié au fait qu'à l'époque impériale, le stoïcisme quitte le banc des écoles philosophiques pour se mêler à la vie publique et aux plus hautes sphères du pouvoir : Sénèque est le conseiller de Néron, Épictète est l'ancien esclave d'Épaphrodite, qui

---

<sup>22</sup> CAVALLO (1997), p. 84.

<sup>23</sup> CAVALLO (1997), p. 86.

<sup>24</sup> CAVALLO (1997), p. 84-85.

<sup>25</sup> Le Stoïcisme est un courant philosophique resté vivace pendant une durée exceptionnellement longue, puisque l'école a été fondée vers 300 avant J.-C. par Zénon de Citium, et que son dernier représentant d'envergure, Marc Aurèle, a vécu au II<sup>e</sup> siècle de notre ère. Par convention, on y distingue habituellement trois grandes périodes : l'ancien Stoïcisme des fondateurs Zénon, Cléanthe et Chrysippe, le Stoïcisme moyen de Panétius et de Posidonius, et enfin celui de la période impériale. Pour plus de précisions sur l'histoire du stoïcisme, voir R. MULLER, *Les Stoïciens*, Paris, Vrin, 2012<sup>2</sup> [2006].

<sup>26</sup> Dans deux de ses ouvrages, Thomas Bénatouïl prend pour guide l'« usage » qui est, selon lui, la notion-clé, le fil directeur du stoïcisme. Ce mot désigne la pratique, à savoir le terrain et l'objectif du stoïcisme impérial. Cf. BÉNATOUÏL TH., *Les Stoïciens III. Musonius – Épictète – Marc Aurèle*, Paris, Les Belles Lettres, 2009, p. 223 et BÉNATOUÏL TH., *Faire usage : la pratique du stoïcisme*, Paris, Vrin, 2007. Nous étudierons cette thèse en détail dans le chapitre III intitulé « Lecture d'usage et usage de l'écriture » aux pages 67-79.

est lui-même un affranchi de Néron, et tient une école où passent les futurs sénateurs, Marc-Aurèle sera lui-même empereur.

### *Structure et méthodologie*

Dans ce travail, nous définirons d'abord la conception stoïcienne de la lecture et de l'écriture en tant que pratiques philosophiques à finalité éthique chez Épictète, Sénèque et Marc Aurèle. Pour ce faire, nous partirons de deux postulats : l'un emprunté à Pierre Hadot, selon lequel la lecture et l'écriture sont des exercices spirituels, l'autre à Michel Foucault, selon lequel la lecture et l'écriture relèvent de la construction de soi. Cette étape du travail constituera une réflexion sur ce que sont la lecture et l'écriture stoïciennes. Nous répondrons aux questions de leur définition, de leur utilité et de leur fonctionnement tout en veillant à replacer les réponses dans le système philosophique stoïcien lui-même.

Par ailleurs, pour que cette étude de la conception de la lecture et de l'écriture chez les philosophes stoïciens soit complète, il sera intéressant de s'attarder sur le type d'écriture choisi par chaque philosophe. Les œuvres étudiées dans ce travail appartiennent à deux formes très voisines qui attestent une conception *éthopoiétique* de l'écriture : les *hypomnēmata*, qui s'apparentent à un « livre de vie » dans lequel sont consignés citations, fragments, exemples et actions prêts à l'emploi, et la correspondance, c'est-à-dire des missives, des textes destinés à autrui qui donnent lieu à un exercice personnel. Les *Pensées* de Marc Aurèle sont de l'ordre des *hypomnēmata* et les *Lettres* de Sénèque relèvent de la correspondance. En revanche, les *Entretiens* d'Épictète constituent un « cas-limite », en ce qu'il s'agit d'un assemblage de notes de cours prises par un de ses disciples nommé Arrien.

Nous examinerons ensuite comment le cadre théorique défini dans la première partie du travail fonctionne concrètement dans les œuvres des philosophes stoïciens. Nous envisagerons successivement les *Entretiens* et le *Manuel* d'Épictète, les *Pensées* de Marc Aurèle et les *Lettres à Lucilius* de Sénèque pour y étudier la façon dont cette conception de la lecture et de l'écriture est à l'œuvre d'une part sur le plan de la composition littéraire, et d'autre part sur le plan du contenu. Pour ce faire, nous avons repéré dans ces œuvres tous les passages ayant trait de près ou de loin aux pratiques de la lecture et de l'écriture. En effet, pour étudier la conception de la lecture et de l'écriture chez un auteur, les extraits où il exprime clairement son opinion sur la question ne sont pas les seuls pertinents. Dès lors qu'un auteur cite, paraphrase ou même fait allusion à une autre œuvre littéraire, il atteste une certaine conception — consciente ou non —

de la lecture et de l'écriture, au sens où il a lu un texte qu'il a décidé de mobiliser dans sa propre réflexion et dans sa propre composition.

C'est ainsi que nous sommes parvenue à définir deux catégories d'extraits : les propos qui rassemblent tous les passages dans lesquels l'auteur traite concrètement de lecture et d'écriture et les citations ou paraphrases qui regroupent les passages où l'auteur cite de manière plus ou moins fidèle un extrait tiré d'une œuvre littéraire<sup>27</sup>. Nous traiterons de ces deux catégories de manière différente. Les propos au sujet de la lecture et de l'écriture seront mobilisés dans la première partie du travail consacrée à la définition de la conception stoïcienne de la lecture et de l'écriture en tant que pratiques philosophiques à finalité éthique. Les citations ou paraphrases seront traitées dans la seconde partie du travail, la partie philologique. Celles-ci feront l'objet d'une analyse de forme, en plus d'une analyse de fond pour étudier la façon dont cette conception de la lecture et de l'écriture est à l'œuvre à la fois sur le plan de la composition littéraire et sur le plan du contenu.

---

<sup>27</sup> Il existe également des allusions littéraires qui correspondent aux passages dans lesquels l'auteur fait référence à un personnage, à un lieu ou à un événement d'une œuvre littéraire. Nous avons décidé de ne pas les prendre en compte parce qu'il est très difficile en effet de déterminer si l'auteur fait référence à un personnage, un lieu ou un événement soit parce qu'il l'a lu dans une œuvre, soit parce qu'il sait que l'élément se trouve dans telle œuvre sans pour autant l'avoir lue, ou soit parce qu'il connaît ce personnage, ce lieu ou cet événement pour en avoir entendu parler dans les mythes, les légendes et les histoires qui se racontaient à son époque. Nous connaissons en effet l'importance de l'oralité dans la culture gréco-romaine et nous faisons ici l'épreuve de la fine limite qui se trouve entre celle-ci et la littérature écrite qui en a résulté. Pour les citations ou les paraphrases littéraires, en revanche, on peut supposer avec un degré de certitude plus ou moins élevé que si l'auteur cite textuellement ou paraphrase un extrait d'une œuvre, c'est soit qu'il l'a sous les yeux et en recopie soigneusement des extraits dans son texte, soit qu'il l'a lue et en a recopié des extraits sur un support auquel il retourne quand il rédige, soit qu'il l'a lue et en a retenu des extraits qu'il va rechercher au fond de sa mémoire.

## Remarque au sujet des éditions de texte et les traductions

Pour les textes grecs, nous utilisons les éditions de référence du *Thesaurus Linguae Graecae*. Les éditions des *Entretiens* et du *Manuel* d'Épictète utilisées sont respectivement celles de Heinrich Schenkl (1916) et Gerrit Boter (2007). Pour les *Pensées* de Marc Aurèle, nous utilisons l'édition d'Arthur Farquharson (1944). L'édition utilisée pour les *Lettres à Lucilius* de Sénèque est celle référencée sur le *PHI Latin texts*. Il s'agit de celle de Leighton Reynolds (1965).

En ce qui concerne les traductions, nous avons essayé, dans la mesure du possible, de systématiquement mis en regard un travail philologique et un travail philosophique pour, à travers leur combinaison et leur modification, produire une traduction personnelle adaptée. Pour les *Entretiens* d'Épictète, nous nous sommes basée sur les traductions de Joseph Souilhé (1948-1969) et de Robert Muller (2015). Pour le *Manuel*, nous avons utilisés exclusivement la traduction proposée par Pierre Hadot (2000). Nous avons traduit les *Pensées* de Marc Aurèle sur base des travaux d'Amédée Trannoy (1925) et de Pierre Hadot (1998). Pour les *Lettres à Lucilius* de Sénèque, nous nous sommes inspirée des traductions de Henri Noblot (1956-1971) et de Paul Veyne (1981).

## **PREMIERE PARTIE**

### **La lecture et l'écriture comme pratiques philosophiques à finalité éthique**

## Introduction

Eh bien, quand tu agis ainsi et t'es consacré à cela, as-tu accompli une action plus mauvaise que si tu avais lu un millier de lignes ou en avais écrit autant ? Quand tu manges, souffres-tu de ne pas lire ? Ne te suffit-il pas de manger en conformité avec ce que tu as lu ? Et quand tu prends un bain, quand tu t'exerces au gymnase ? Pourquoi donc ne pas te montrer égal à toi-même en toutes circonstances, que tu t'approches de César ou de tel ou tel ? Si tu conserves en toi l'homme exempt de passions, inébranlable et calme, si tu aimes mieux regarder ce qui arrive plutôt que d'être regardé, si tu n'envies pas ceux qu'on te préfère, si la réalité des choses ne t'effraie pas, que te manque-t-il ? Des livres ? Comment cela, et dans quel but ? Ne sont-ils pas une préparation à la vie ? Mais la vie est remplie d'autres choses que de livres. C'est comme si l'athlète se mettait à pleurer en entrant dans le stade parce qu'il ne fait pas ses exercices hors du stade. C'est pour le stade que tu t'exerçais, c'était la raison des haltères, de la poussière, des jeunes gens avec qui tu t'entraînais. Et c'est cela que tu demandes maintenant, quand est venu le moment de l'action ? C'est comme si, dans le thème de l'assentiment, quand se présentent des représentations dont les unes sont « compréhensives » et les autres non, nous voulions, non pas opérer la distinction entre elles, mais lire un traité *Sur la compréhension*.

Quelle en est donc la cause ? C'est que nous n'avons jamais pratiqué la lecture ni l'écriture dans le but de faire, dans nos actions, un usage conforme à la nature des représentations qui s'offrent à nous ; nous n'avons pas d'autre objectif, en réalité, que de comprendre ce qui est dit, d'être capables de l'expliquer à autrui, d'analyser le syllogisme et d'examiner le raisonnement hypothétique. Par suite, là où se porte notre application, là aussi se trouve l'obstacle. Tu veux à tout prix ce qui ne dépend pas de toi ? Dans ce cas, subis les empêchements, les obstacles, les échecs. Si nous lisons un ouvrage *Sur la propension* non pas pour savoir ce qui est dit de la propension, mais pour bien diriger les nôtres ; un traité *Sur le désir et l'aversion* pour ne pas subir d'échec dans nos désirs ni rencontrer les objets de notre aversion ; un traité *Sur le devoir* pour garder en mémoire nos rapports avec autrui, et ne jamais agir de façon déraisonnable ni contrairement à nos devoirs, alors nous ne nous emporterions pas lorsque nous rencontrons des empêchements dans nos lectures, mais nous serions satisfaits d'accomplir les actes qui s'accordent avec elles ; nous ne compterions pas comme nous avons l'habitude de le faire jusqu'ici : « Aujourd'hui j'ai lu tant de lignes, j'ai écrit tant de lignes », mais nous dirions : « Aujourd'hui j'en ai usé avec mes propensions comme le recommandent les philosophes, je n'ai pas eu de désir, je n'ai manifesté d'aversion que pour ce qui dépend de mon choix, je n'ai pas été impressionné par un tel, je n'ai pas été décontenancé par un tel, je me suis exercé à être patient, à m'abstenir, à être secourable. » De cette façon, nous rendrions grâce au dieu pour ce dont il faut lui rendre grâce.<sup>1</sup>

Ce passage d'Épictète concentre les idées et notions mobilisées par les stoïciens autour de la lecture et de l'écriture. Dès les premières lignes, il énonce leur fonction essentielle par cette question rhétorique à laquelle il s'empresse de répondre : « Ne sont-ils (les livres) pas une préparation à la vie ? Mais la vie est remplie d'autre chose que les livres. » Dans le stoïcisme romain, les livres ont une fonction propédeutique : ils préparent à la vie. La lecture et l'écriture

---

<sup>1</sup>ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 8-18.



font partie des exercices spirituels à pratiquer quotidiennement dans le but d'opérer la conversion induite par la philosophie. En effet, la philosophie ne consiste pas en une théorie abstraite ni en une exégèse de textes, mais en un art de vivre, une attitude concrète, un cycle de vie déterminé<sup>2</sup>. Les stoïciens considèrent la philosophie comme un acte, et cet acte s'apparente à un progrès. Les exercices spirituels, dont font partie la lecture et l'écriture, sont ce qui permet d'accomplir cette transformation de l'être.

Épictète recourt ensuite à une comparaison avec le sport. Le procédé est intéressant non seulement sur le plan stylistique, mais aussi et surtout sur les plans didactique et argumentatif. Il rend le propos plus vivant, tout en montrant comment ce qui vient d'être énoncé sur le plan théorique s'applique dans la pratique. L'image du sport, et de l'athlète en particulier, apparaît souvent dans les *Entretiens* pour illustrer l'attitude qu'un philosophe doit adopter face à la vie. Dans cet extrait, elle souligne que, de même que le but de l'entraînement, des haltères, de la poussière, des jeunes gens avec qui l'athlète s'entraîne, ce sont le stade et la compétition, le but des livres, c'est la vie. La lecture sert d'entraînement préparatoire à la vie : un philosophe doit se préparer à vivre en lisant des livres, de la même façon qu'un athlète doit se préparer à courir, lancer, sauter, combattre, en s'entraînant. Les livres comme les haltères doivent être utilisés en vue de l'action – la vie ou la compétition.

Cet extrait contient également plusieurs allusions à des points de doctrine centraux dans le stoïcisme que nous aurons l'occasion de développer en détail ultérieurement. Parmi ceux-ci, celui qui nous intéresse le plus dans le cadre d'une étude de la lecture et de l'écriture est l'« usage », plus précisément l'usage des représentations qui constitue le cœur de la philosophie stoïcienne, son fil conducteur<sup>3</sup>. Pour le dire rapidement, l'usage des représentations consiste à retrouver les représentations compréhensives<sup>4</sup> que nous nous formons naturellement des choses sous les interprétations affectives erronées que nous leur ajoutons, et à donner notre assentiment aux premières et non aux secondes<sup>5</sup>. La philosophie stoïcienne consiste en un travail sur les représentations : toute action et réaction d'un individu à l'égard d'une situation dépend du jugement qu'il porte implicitement sur elle. En d'autres mots, pour les stoïciens, tout

---

<sup>2</sup> HADOT P., *Exercices spirituels et philosophie antique*, Paris, Albin Michel, 2002, p. 23-24.

<sup>3</sup> C'est la thèse largement développée par Thomas Bénatouïl notamment dans deux de ses ouvrages dont nous nous inspirerons dans le cadre de ce travail : BÉNATOUÏL TH., *Les Stoïciens III. Musonius – Épictète – Marc Aurèle*, Paris, Les Belles Lettres, 2009, p. 223 et BÉNATOUÏL TH., *Faire usage : la pratique du stoïcisme*, Paris, Vrin, 2007.

<sup>4</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 223 : une représentation « compréhensive » est une représentation à la fois vraie et portant en elle la marque certaine de sa vérité. Les stoïciens soutiennent que le philosophe ne donne son assentiment qu'à ces représentations, à partir desquelles sont élaborées progressivement, par induction et systématisation, les « sciences » irréfutables que sont les vertus.

<sup>5</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 223.

est jugement. Les opérations mentales sont donc des moyens avec lesquels on agit<sup>6</sup>. C'est pourquoi ils préconisent l'utilisation de la raison pour parvenir à une attitude objective dans l'évaluation et la discrimination des représentations. L'objectivité s'atteint grâce à un travail critique important, en particulier sur soi-même<sup>7</sup>. La façon stoïcienne de concevoir et de pratiquer la lecture et l'écriture est imprégnée de cette notion. En effet, le but de la lecture et de l'écriture pratiquées en tant qu'exercices spirituels est de « faire, dans nos actions, un usage conforme à la nature des représentations qui s'offrent à nous.<sup>8</sup> »

Enfin, Épictète fait référence à la fonction propédeutique liée au cœur de la conception stoïcienne de la lecture et de l'écriture : la mise en pratique. « Par la suite, là où se porte notre application, là aussi se trouve l'obstacle.<sup>9</sup> » Cette affirmation met en avant l'enjeu de la pratique de la lecture et de l'écriture, voire de la philosophie stoïcienne en général : la théorie de la pratique. Comme le dit Thomas Bénatouïl, les stoïciens « ont à la fois cherché à articuler un discours avec une manière de vivre et offert des concepts et des arguments précis et originaux pour penser ce problème de la mise en pratique d'une doctrine.<sup>10</sup> » Le souci premier des stoïciens est d'opérer un passage entre la théorie (la connaissance) et la pratique (l'action). En d'autres termes, c'est connaître pour agir, donc pour être. La lecture et l'écriture doivent être pratiquées dans cette optique. Il n'est en effet pas question selon Épictète de lire pour lire, ni d'écrire pour écrire, comme le montrent les exemples de l'extrait. Il s'agit de lire et d'écrire pour appliquer concrètement ce qui a été lu et écrit.

Cette brève analyse laisse entrevoir de quelle manière la lecture et l'écriture constituent des pratiques philosophiques à finalité éthique. Le premier objectif de ce travail étant de répondre de manière précise aux questions de la définition, de l'utilité et du fonctionnement de la lecture et de l'écriture dans la philosophie stoïcienne, il nous semble nécessaire de creuser chacun des quatre éléments qui viennent d'être présentés : la fonction propédeutique de la lecture et de l'écriture, la comparaison avec le domaine du sport et l'image de l'athlète, les dogmes stoïciens et la mise en pratique de la théorie. À l'évidence, ces notions sont proches les unes des autres, elles se chevauchent, s'imbriquent et s'induisent pour former un tout cohérent, celui du système philosophique stoïcien. Nous les séparons cependant pour la clarté de l'exposé. À travers l'explication de ces quatre éléments, nous tenterons de faire émerger les deux

---

<sup>6</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 104.

<sup>7</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 108-109.

<sup>8</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 14.

<sup>9</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 15.

<sup>10</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 28.

postulats qui constituent le fil conducteur de ce travail : d'une part la lecture et l'écriture sont des exercices spirituels<sup>11</sup>, d'autre part la lecture et l'écriture relèvent de la construction de soi<sup>12</sup>.

---

<sup>11</sup> Cette thèse est développée par Pierre Hadot. Voir HADOT P., Exercices spirituels et philosophie antique, Paris, Albin Michel, 2002 et HADOT P., La philosophie comme manière de vivre. Entretiens avec Jeannie Carlier et Arnold I. Davidson, Paris, Albin Michel, 2001.

<sup>12</sup> Cette thèse est développée par Michel Foucault. Voir FOUCAULT M., « L'écriture de soi », dans Corps écrits, 5, 1983, p. 3-23, repris dans Dits et écrits II. 1976-1988, Paris, Gallimard, 2001, p. 1234-1249 et FOUCAULT M., L'Herméneutique du sujet, Paris, Gallimard - Seuil, 2001.

## CHAPITRE PREMIER : La lecture et l'écriture comme propédeutiques

Reprenons le début du passage d'Épictète par lequel nous avons introduit cet exposé théorique.

Eh bien, quand tu agis ainsi et tu t'es consacré à cela, as-tu accompli une action plus mauvaise que si tu avais lu un millier de lignes ou en avais écrit autant ? Quand tu manges, souffres-tu de ne pas lire ? Ne te suffit-il pas de manger en conformité avec ce que tu as lu ? Et quand tu prends un bain, quand tu t'exerces au gymnase ? Pourquoi donc ne pas te montrer égal à toi-même en toutes circonstances, que tu t'approches de César ou de tel ou tel ? Si tu conserves en toi l'homme exempt de passions, inébranlable et calme, si tu aimes mieux regarder ce qui arrive plutôt que d'être regardé, si tu n'envies pas ceux qu'on te préfère, si la réalité des choses ne t'effraie pas, que te manque-t-il ? Des livres ? Comment cela, et dans quel but ? Ne sont-ils pas une préparation à la vie ? Mais la vie est remplie d'autres choses que de livres. (Οὐχὶ γὰρ ἐπὶ τὸ βιοῦν παρασκευὴ τίς ἐστὶν αὕτη ; τὸ βιοῦν δ' ἐξ ἄλλων τινῶν ἢ τούτων συμπληροῦται.)<sup>1</sup>

Comme nous l'avons épinglé, Épictète met en avant la fonction propédeutique des livres : lire et écrire préparent à la vie. Cette façon de considérer la lecture et l'écriture, de les pratiquer, est à mettre en lien direct avec une conception plus large de la philosophie. Elle est l'occasion de développer deux points importants au sujet de la philosophie stoïcienne : les exercices spirituels et la philosophie comme manière de vivre. Ces deux éléments sont immanquablement liés : c'est parce que la philosophie est conçue comme une manière de vivre que les Anciens ont développé toute une série d'exercices philosophiques à pratiquer de manière quotidienne afin de s'y préparer.

Pour la clarté de l'exposé, nous envisagerons successivement la lecture et l'écriture. Il est important de préciser que, si dans l'ordre de l'acte, l'écriture précède la lecture, dans l'ordre de l'exercice c'est la lecture qui a la préséance : avant de se mettre à écrire, le philosophe a lu. La lecture constitue en effet la matière première de l'écriture, et même, nous le verrons, des exercices spirituels en général. Elle est le point de départ de toute réflexion, considération, méditation, introspection qui, à travers l'écriture, se fixent dans l'esprit et donnent ainsi lieu à une application. Si l'exercice de la philosophie était un édifice, la lecture en serait les fondations qui, solides et bien établies, assurent une construction stable et durable. De même qu'il n'est pas question de commencer l'édification d'un bâtiment par son toit, il n'est pas envisageable, dans l'exercice de la philosophie, de se mettre à écrire avant d'avoir lu. Les questions sont

---

<sup>1</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 8-11 (nous soulignons).

maintenant de savoir « que lire, pourquoi et comment ? » et « qu'écrire, pourquoi et comment ? ».

Comme nous l'avons annoncé, nous étudierons la lecture à travers la notion d' « exercices spirituels » largement développée par Pierre Hadot et l'écriture à travers la notion de « construction de soi » mobilisée par Michel Foucault. Nous verrons ensuite comment agencer ces deux couples de pratique-notion qui semblent propres et distincts en un tout cohérent, celui de la philosophie stoïcienne considérée comme un art de vivre.

### ***Exercices spirituels et lecture***

Dans son ouvrage intitulé *Exercices spirituels et philosophie antique*<sup>2</sup>, Pierre Hadot place sous la notion d' « exercices spirituels » l'ensemble des pratiques auxquelles se livrent les philosophes antiques et qui correspondent à « une transformation de la vision du monde et à une métamorphose de la personnalité », qui sont « l'œuvre non seulement de la pensée, mais de tout le psychisme de l'individu.<sup>3</sup> »

Dans les textes antiques, l'expression « exercice spirituel » n'apparaît jamais comme telle. On y rencontre plutôt le terme ἄσκησις, que l'on traduit en français par « exercice, entraînement, pratique », ou les termes μελετή et ἐπιμέλεια, qui signifient « soin, souci ». Ces mots renvoient aux deux facettes des exercices spirituels tels que les définit de manière générale Pierre Hadot. D'une part, la notion d' « exercice » induit une pratique quotidiennement répétée pour acquérir et entretenir une compétence, puis d'y progresser. D'autre part, l'idée de soin véhicule la notion de spiritualité : l'exercice spirituel est une façon de prendre soin de soi, de son âme. Sur la base de deux listes constituées par Philon d'Alexandrie<sup>4</sup>, Pierre Hadot distingue quatre groupes d'exercices qui, étudiés successivement, offrent une description relativement exhaustive de la pratique stoïcienne des exercices spirituels<sup>5</sup>. Il distingue l'attention, les méditations et souvenirs de ce qui est bien, les exercices plus intellectuels (lecture, audition, recherche et examen approfondi) et les exercices plus actifs (indifférence aux choses indifférentes, maîtrise de soi, accomplissement des devoirs de la vie sociale)<sup>6</sup>.

---

<sup>2</sup> HADOT P., *Exercices spirituels et philosophie antique*, Paris, Albin Michel, 2002, p. 19-73.

<sup>3</sup> HADOT (2001), p. 21.

<sup>4</sup> PHILON, *Quis rerum div. heres*, 253 et PHILON, *Leg. Alleg.*, III, 18. Une liste énumère : la recherche, l'examen approfondi, la lecture, l'audition, l'indifférence aux choses indifférentes. L'autre nomme successivement : les lectures, les méditations, les thérapies des passions, les souvenirs de ce qui est bien, la maîtrise de soi, l'accomplissement des devoirs.

<sup>5</sup> HADOT (2002), p. 26-33.

<sup>6</sup> HADOT (2002), p. 26

Bien que cette catégorisation permette une appréhension et une compréhension plus aisées des exercices spirituels, elle pose plusieurs problèmes. Tout d'abord, l'attention (ἡ προσοχή) ne s'apparente pas à un exercice spirituel à proprement parler. Il s'agit de l'attitude spirituelle fondamentale recherchée par les stoïciens et visée à travers les exercices spirituels. Ensuite, cette catégorisation néglige un aspect important de la réalité des exercices spirituels. En effet, ces exercices sont, dans leur pratique, étroitement liés les uns aux autres : il existe entre eux une hiérarchie, ou plutôt un enchaînement, qu'il convient de respecter pour qu'ils soient effectifs. Ainsi, l'attitude spirituelle fondamentale de l'attention résulte de la méditation, qui est alimentée par la mémorisation dont le contenu est constitué par la lecture, l'audition, la recherche et l'examen approfondi. Enfin, la distinction entre « exercices plus intellectuels » et « exercices plus actifs » néglige l'essence même des exercices spirituels qui, dans la pratique de la philosophie stoïcienne, opèrent un passage du général au particulier, de la réflexion à l'application, de la théorie à la pratique, de l'esprit à la vie. À ce titre, chaque exercice est à la fois théorique et pratique, intellectuel et physique. C'est notamment à travers la pratique des exercices spirituels que la philosophie stoïcienne est tournée vers l'action<sup>7</sup>.

Tout en suivant Pierre Hadot dans la définition des exercices spirituels évoqués ci-dessus, nous les envisagerons non pas sous la forme de catégories ou de groupes, mais les uns à la suite des autres, à la manière d'une suite, d'un processus contenant plusieurs étapes permettant chacune d'accéder à la suivante, de manière à respecter leur réalité d'application. Nous commencerons par la fin, c'est-à-dire par le but de ces exercices, par ce à quoi ils doivent conduire celui qui les pratique : l'attention. À partir de là, nous ferons le chemin à rebours, à la manière d'une bobine de fil que l'on déroule. Par ailleurs, cette façon d'appréhender les exercices spirituels nous permettra de mettre en évidence le statut particulier de la lecture qui, nous le verrons, constitue une pratique centrale de la philosophie stoïcienne.

En tant qu'attitude spirituelle fondamentale, il nous semble peu pertinent de considérer l'attention (ἡ προσοχή) comme un exercice spirituel<sup>8</sup>, puisqu'il s'agit davantage d'une démarche directrice à appliquer en permanence, à tel point qu'elle est ancrée dans l'identité même du philosophe stoïcien. Cette attitude est ce qui le définit : c'est à travers elle qu'il doit mener toute sa pratique et sa vie philosophiques. Voici ce qu'en dit Épictète :

Lorsque tu relâches un peu ton attention (Ὅταν ἀφῆς πρὸς ὀλίγον τὴν προσοχήν), ne te figure pas que tu la reprendras dès que tu voudras ; mais garde présent à l'esprit que, par suite de la

---

<sup>7</sup> En ce qui concerne cet aspect central de la philosophie stoïcienne voir le point intitulé « Le stoïcisme comme manière de vivre » aux pages 39-45.

<sup>8</sup> En ce sens, nous nous opposons à Pierre Hadot. Cf. HADOT (2002), p. 26.

faute commise aujourd'hui, ce sont tes affaires en général qui vont nécessairement plus mal. *D'abord, en effet, s'installe l'habitude la plus fâcheuse de toutes : celle de ne pas faire attention ; et ensuite, celle de repousser son attention à plus tard. Ainsi tu es habitué à remettre sans cesse à plus tard et à plus tard encore la sérénité, la décence, les dispositions et la conduite conformes à la nature.* (Πρῶτον μὲν γὰρ τὸ πάντων χαλεπώτατον ἔθος τοῦ μὴ προσέχειν ἐγγίνεται, εἴτα ἔθος τοῦ ἀναβάλλεσθαι τὴν προσοχὴν· ἀεὶ δ' εἰς ἄλλον καὶ ἄλλον χρόνον εἴωθας ὑπερτίθεσθαι τὸ εὐρόειν, τὸ εὐσχημονεῖν, τὸ κατὰ φύσιν ἔχειν καὶ διέξαγειν.) Or s'il est avantageux de les remettre à plus tard, y renoncer entièrement est encore plus avantageux ; *mais si ce n'est pas avantageux, pourquoi ne maintiens-tu pas ton attention de façon continue ?* (εἰ δ' οὐ λυσιτελεῖ, τί οὐχὶ διηνεκῆ τὴν προσοχὴν φυλάττεις;) [...] Ne te rends-tu pas compte que, lorsque tu laisses aller ta réflexion, il ne dépend plus de toi de la rappeler et de la ramener vers la décence, vers la réserve, vers le calme ? Au contraire, tu fais tout ce qui te vient à l'esprit, tu suis tes impulsions. *Voilà donc les idées que l'on doit avoir avant tout avoir à l'esprit ; il ne faut rien faire sans elles, mais avoir l'âme tendue vers ce but : ne rechercher aucune chose extérieure, aucune des choses qui appartiennent à autrui, mais conformément à l'ordre établi par celui qui détient la puissance, rechercher à tout prix ce qui dépend de notre choix, et le reste, le prendre comme il nous l'est donné* (Πρῶτον μὲν οὖν ταῦτα ἔχειν πρόχειρα καὶ μηδὲν δίχα τούτων ποιεῖν, ἀλλὰ τετάσθαι τὴν ψυχὴν ἐπὶ τοῦτον τὸν σκόπον, μηδὲν τῶν ἕξω διώκειν, μηδὲν τῶν ἄλλοτρίων, ἀλλ' ὡς διέταξεν ὁ δυνάμενος, τὰ προαιρετικὰ ἐξ ἅπαντος, τὰ δ' ἄλλα ὡς ἂν διδῶται.)<sup>9</sup>

L'attention correspond à une « vigilance », une « présence d'esprit continue<sup>10</sup> » grâce à laquelle le philosophe a toujours sous la main la règle de vie fondamentale, c'est-à-dire la distinction entre ce qui dépend de nous et ce qui ne dépend pas de nous, et est capable de l'appliquer aux situations particulières de la vie pour agir toujours « à propos » avec la sûreté et la constance d'un réflexe<sup>11</sup>. On peut encore définir cette vigilance comme la concentration sur le moment présent, comme le fait Marc Aurèle :

En toutes choses et continuellement, il dépend de toi de te réjouir avec piété de ce qui arrive présentement, de te conduire avec justice avec les hommes présents et d'examiner avec méthode la représentation présente, pour ne rien admettre dans la pensée qui soit inadmissible. (Πανταχοῦ καὶ διηνεκῶς ἐπὶ σοὶ ἐστὶ καὶ τῆ παρούση συμβάσει θεοσεβῶς εὐαρεστεῖν καὶ τοῖς παροῦσιν ἀνθρώποις κατὰ δικαιοσύνην προσφέρεσθαι καὶ τῆ παρούση φαντασίᾳ ἐμφιλοτεχνεῖν, ἵνα μὴ τι ἀκατάληπτον παρειαυρῆ.)<sup>12</sup>

Cette attention au moment présent est à mettre en relation avec l'attitude qu'adoptent les stoïciens à l'égard du temps. Ceux-ci recommandent en effet de vivre dans le présent, sans se laisser troubler par le passé, sans s'inquiéter pour l'avenir. Pour eux, seul le présent permet d'atteindre le bonheur puisqu'il s'agit de la seule réalité qui dépende de nous<sup>13</sup>. L'attention

<sup>9</sup> ÉPICÉTÈTE, *Entretiens*, IV, 12, 1-15 (nous soulignons).

<sup>10</sup> HADOT (2002), p. 26.

<sup>11</sup> HADOT (2002), p. 26-27

<sup>12</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 54 (nous soulignons).

<sup>13</sup> HADOT (2002), p. 294-295.

délivre de la passion provoquée par le passé ou par l'avenir et invite à savourer la valeur infinie de chaque instant<sup>14</sup>. Ainsi, l'esprit du stoïcien est dans un état de conscience toujours éveillée, de tension constante qui lui permet d'appliquer systématiquement la règle de vie aux diverses situations qui se présentent à lui.

Nous constatons que l'attention est à la fois l'état d'esprit dans lequel le philosophe stoïcien doit pratiquer et vivre sa vie philosophique et le but qu'il doit atteindre à travers les exercices spirituels. En d'autres termes, l'attention, telle qu'elle est définie ci-dessus, s'apparente non seulement à l'effort, mais aussi à la fin des exercices spirituels. À ce titre, on peut dire qu'elle constitue, pour reprendre l'expression d'Hadot, le « secret des exercices spirituels<sup>15</sup> ». Par ailleurs, d'autres principes majeurs qui découlent de cette règle de vie s'appliquent de la même façon pour finir par devenir des habitudes, comme l'indifférence aux choses indifférentes, la maîtrise de soi et l'accomplissement des devoirs<sup>16</sup>.

Pour que cette règle ainsi que les principes qu'elle induit deviennent des automatismes, ils doivent nécessairement être appris et maîtrisés au préalable. C'est précisément le rôle des exercices de méditation (ή μνημή) et de mémorisation (ή μελετή), qui permettent d'être prêt à réagir face à toute circonstance de la vie, en entraînant l'esprit à rester dans une vigilance constante.

Attardons-nous d'abord sur la méditation, qui consiste en la représentation préalable des difficultés de la vie, telles que la pauvreté, la souffrance, ou encore la mort. Le but de cet exercice est de visualiser mentalement ces situations de manière à y réagir correctement si elles venaient à se présenter. À travers ses exercices de méditation, le philosophe stoïcien s'entraîne à se rappeler et à assimiler le fait que ces situations ne sont pas des maux, puisqu'elles ne dépendent pas de nous.

L'anticipation de ces difficultés par la méditation permet au stoïcien de déterminer quelles maximes frappantes l'aideront, le moment venu, à accepter ces événements qui font partie du cours de la Nature<sup>17</sup>. Ce seront des formules ou des argumentations persuasives que l'on pourra se dire à soi-même dans les circonstances difficiles, pour prévenir un mouvement de crainte, de colère ou de tristesse. Concrètement, dès le matin on examine ce que l'on doit faire dans le cours de la journée pour fixer à l'avance les principes qui dirigeront et inspireront

---

<sup>14</sup> Les stoïciens ont une conscience cosmique qui les rend attentifs à la valeur de chaque instant, les fait accepter chaque moment de l'existence dans la perspective de la loi universelle du cosmos. Cf. HADOT (2002), p. 27-28 ; p. 295.

<sup>15</sup> HADOT (2002), p. 27.

<sup>16</sup> Il s'agit de la catégorie des « exercices pratiques » de Pierre Hadot.

<sup>17</sup> HADOT (2002), p. 29.



les actions et le soir, on s'examine à nouveau pour se rendre compte des fautes ou des progrès accomplis.<sup>18</sup>

Pour que la méditation soit effective, c'est-à-dire pour qu'elle engendre une véritable transformation, il est nécessaire que le philosophe stoïcien ait au préalable mémorisé toute une série de sentences prêtes à l'emploi. Il doit naturellement retenir en premier lieu la règle de vie fondamentale à appliquer en toute circonstance. Ainsi, la mémorisation en l'alimentant permet la méditation : elle fournit son contenu.

Or, l'exercice de mémorisation demande lui aussi à être alimenté. C'est ici qu'interviennent la lecture, l'audition, la recherche et l'examen approfondi. Ces quatre exercices sont à envisager simultanément car leur effectivité en tant qu'exercices spirituels tient à leur indissociabilité. On pourrait dire qu'ils forment ensemble un seul et même exercice spirituel en quatre étapes que l'on pourrait qualifier de « lecture commentée » ou d'« exégèse de texte ». Cela est surtout à l'œuvre dans le système d'enseignement des écoles de philosophie où le commentaire de texte constitue le cœur de l'activité philosophique : un professeur lit et analyse les textes des fondateurs pour se livrer ensuite à des spéculations philosophiques. Le but de cette démarche est d'une part de connaître et apprendre les thèses de l'école en question à travers la lecture de textes et l'audition du commentaire fait par le maître, et d'autre part, de poursuivre l'investigation et d'appliquer les résultats à travers la recherche et l'examen approfondi. Voici un extrait d'Épictète qui décrit cette démarche d'enseignement :

*Comme on faisait une lecture* (Ἀναγιγνώσκοντος δὲ τοὺς ὑποθετικοὺς) sur les raisonnements hypothétiques, Épictète fit ces remarques : c'est, entre autres, une loi de ces raisonnements, que d'accepter ce qui suit de l'hypothèse. Mais bien plus important est cette loi de la vie d'accomplir ce qui suit dans la nature. Si en toute matière et en toute circonstance nous voulons préserver la conformité à la nature, il est clair que, dans tous les cas, nous devons avoir pour objectif de ne pas fuir ce qui suit de la nature et de ne pas accepter ce qui la contredit. *Aussi les philosophes commencent-ils par nous exercer dans les questions théoriques où les choses sont plus faciles, pour nous mener ensuite, une fois exercés, vers celles qui sont plus difficiles. Dans la théorie, en effet, rien ne nous retient de suivre les enseignements qu'on nous dispense, alors que dans les affaires de la vie bien des facteurs nous en détournent.* (Πρῶτον οὖν ἐπὶ τῆς θεωρίας γυμνάζουσιν ἡμᾶς φιλόσοφοι ὅπου ῥᾶον, εἶτα οὕτως ἐπὶ τὰ χαλεπότερα ἄγουσιν· ἐνταῦθα γὰρ οὐδέβ ἐστι τὸ ἀνθέλκον ὡς πρὸς τὸ ἀκολουθῆσαι τοῖς διδασκομένοις, ἐπὶ δὲ τῶν βιωτικῶν πολλὰ τὰ περισπῶντα.) Il est ridicule, par conséquent, de dire qu'on veut commencer par ces dernières ; car il est malaisé de commencer par ce qui est plus difficile.<sup>19</sup>

---

<sup>18</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 1, 1 : « Dès l'aurore, dis-toi d'avance : "Je rencontrerai un indiscret, un ingrat, un insolent, un fourbe, un égoïste." Tous ces vices ont été causés par l'ignorance des vrais biens et des vrais maux. » V, 1, 1 : « Le matin, quand il te coûte de te réveiller, aie cette pensée sous la main : c'est pour faire œuvre d'homme que je m'éveille. »

<sup>19</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 26, 1-4 (nous soulignons).

Cet extrait contient un ensemble d'indices pour répondre à une de nos questions initiales : que lit-on et pourquoi ? Les textes philosophiques pour s'exercer. La lecture a une fonction propédeutique sur le plan pédagogique. Elle est une façon de séquencer l'apprentissage et la compréhension : d'abord la compréhension théorique, ensuite la mise en œuvre. En effet, si la lecture est un véhicule théorique, elle ne vise pas moins la mise en pratique. Dans l'extrait ci-dessus, Épictète reconnaît la nécessité de passer par un examen théorique du problème, car il est en un sens plus simple : il permet de comprendre les enjeux d'une thèse, d'en examiner les implications sur le plan théorique, sans encore être contraint d'adapter sa conduite. Mais il souligne aussitôt que le but de la démarche, c'est de passer à la mise en pratique. En effet, lire ne suffit pas :

Quand quelqu'un est fier d'être capable de comprendre et d'expliquer Chrysippe, dis-toi à toi-même : « Si Chrysippe n'avait pas écrit de manière obscure, celui-là n'aurait aucune raison de faire le fier. » *Mais moi, qu'est-ce que je veux ? Chercher à connaître la Nature et à la suivre.* (Ἐγὼ δὲ τί βούλομαι ; καταμαθεῖν τὴν φύσιν καὶ ταύτη ἔπεσθαι). Je cherche donc qui peut me l'expliquer. J'entends dire que c'est Chrysippe. Je viens à lui. Mais je ne comprends pas ce qu'il a écrit. Je cherche donc quelqu'un qui me l'explique. Jusque-là, il n'y a rien dont on puisse être fier. *Quand j'ai trouvé celui qui me l'explique, il me reste à faire usage des préceptes qui m'ont été enseignés* (Ὅταν δὲ εὕρω τὸν ἐξηγούμενον, ἀπολείπεται χρῆσθαι τοῖς παρηγγελμένοις). Voilà seulement ce dont on peut être fier. *Mais si c'est l'explication elle-même que j'admire, que suis-je devenu d'autre, finalement, qu'un grammairien au lieu d'un philosophe, avec la seule différence que j'explique Chrysippe au lieu d'Homère ? Donc je rougis plutôt, lorsque quelqu'un me demande : « Fais-moi l'exercice d'explication de texte de l'œuvre de Chrysippe », si je ne suis pas capable de produire des actions qui soient en ressemblance et harmonie avec les discours de celui-ci* (Ἄ δὲ αὐτὸ τοῦτο τὸ ἐξηγεῖσθαι θαυμάσω, τί ἄλλο ἢ γραμματικὸς ἀπετελέσθην ἀντὶ φιλοσόφου ; πλὴν γε δὴ ὅτι ἀντὶ Ὀμήρου Χρύσιππον ἐξεγούμενος. Μᾶλλον οὖν, ὅταν τις εἴπη μοι 'ἐπαναγνωθί μοι Χρύσιππον', ἐρυθρίω, ὅταν μὴ δύναμαι ὁμοία τὰ ἔργα καὶ σύμφωνα ἐπιδεικνύειν τοῖς λόγοις).<sup>20</sup>

On ne lit pas Chrysippe pour le plaisir de lire Chrysippe. Pour Épictète, la lecture doit devenir un exercice spirituel à part entière et participer à la transformation de soi, et non se réduire à un procédé de pure érudition. La nécessité de lire résulte non seulement d'un désir de connaissance, mais surtout d'action. Il ne s'agit pas de lire ou de comprendre en restant sur le plan strictement intellectuel de compréhension, mais il faut encore passer à la mise en œuvre. Nous étudierons en détails la façon d'ériger la lecture, élément central de l'activité philosophique, en un véritable exercice spirituel, c'est-à-dire le passage de la théorie à la pratique, dans le point consacré à la mise en pratique<sup>21</sup>.

---

<sup>20</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 49 (nous soulignons).

<sup>21</sup> Voir le chapitre intitulé « Lecture d'usage et usage de l'écriture » aux pages 67-79.

À travers cette esquisse des différents exercices spirituels pratiqués par les stoïciens et de leur imbrication, nous constatons le statut tout à fait particulier de la lecture dans la philosophie stoïcienne. Elle est en effet non seulement un exercice spirituel à part entière, mais aussi et surtout la base de tous les autres exercices spirituels. À partir des lectures, on apprend, on maîtrise et on se met en recherche, on se constitue une matière à mémoriser qui pourra ensuite être méditée dans le but de devenir une habitude, un réflexe faisant partie de l'attitude d'attention dont fait ainsi preuve le philosophe stoïcien. Bref, la lecture est le cœur de la vie philosophique stoïcienne ainsi que la base de tout l'enseignement doctrinal stoïcien qui place le commentaire de texte au centre de l'activité philosophique.

### ***Construction de soi et écriture***

Passons à présent à l'écriture, que nous envisageons à travers les recherches de Michel Foucault. Celui-ci part du même postulat que Pierre Hadot, selon lequel la philosophie est un art de vivre. Or pour acquérir cet art de vivre, cette τέχνη τοῦ βίου, il faut un « entraînement de soi par soi », une ἄσκησις<sup>22</sup>, qui s'apparente aux exercices spirituels de Pierre Hadot. Voici un extrait tiré des *Lettres* de Sénèque :

Ces excursions qui secouent ma paresse profitent, je m'en rends compte, à ma santé et à mes études. Ce que ma santé y gagne, tu le vois : comme l'amour des lettres me rend apathique et insoucieux de mon corps, je m'entraîne physiquement par la fatigue d'autrui. En quoi favorisent-elles l'étude ? Voici l'explication : je ne quitte point mes lectures. Or, pour moi, les lectures sont de première nécessité : d'abord elles empêchent que je me contente de mon fonds ; et puis, en m'initiant aux recherches des autres, elles me mettent à même d'apprécier les découvertes faites et de réfléchir sur celles qui restent à faire. La lecture est l'aliment de l'esprit ; quand l'étude l'a fatigué, elle le restaure, sans exclure pourtant toute étude. *On ne doit pas plus se borner à écrire qu'on ne doit se borner à lire. (Nec scribere tantum nec tantum legere debemus.)* La première de ces occupations déprimera, épuisera l'énergie (je parle du travail du style). L'autre lui ôtera sa trempe. *Recourons tour à tour à l'une et à l'autre, et tempérons l'une par le moyen de l'autre, de telle sorte que la composition écrite mette en un corps d'ouvrage ce que la lecture a recueilli. (Invicem hoc et illo commeandum est et alterum altero temperandum, ut quidquid lectione collectum est stilus redigat in corpus.)*<sup>23</sup>

Sénèque décrit ici les rapports entre la lecture et l'écriture, qui sont présentées comme des pratiques indissociables : lire sans écrire serait vain. Pour les stoïciens en effet, l'écriture s'avère le moyen par excellence d'intégrer de façon intime le contenu des lectures. Sa fonction

---

<sup>22</sup> FOUCAULT M., « L'écriture de soi », dans *Corps écrits*, 5, 1983, p. 3-23, repris dans *Dits et écrits II*. 1976-1988, Paris, Gallimard, 2001, p. 1236.

<sup>23</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XI-XIII, 84, 1-2 (nous soulignons).

est de donner corps, consistance, aux lectures qui, faute de lien, risquent de se disperser. D'après Foucault, l'écriture constitue une étape essentielle dans le processus vers lequel tend l'ἄσκησις : elle permet « l'élaboration des discours reçus et reconnus comme vrais en principes rationnels d'action<sup>24</sup> ». Selon lui, l'écriture remplit une fonction *éthopoïétique*, c'est-à-dire qu'elle est un opérateur de transformation de la vérité en ἦθος. Dans la pratique de l'ἄσκησις, elle est ce qui permet l'assimilation d'un principe abstrait en une action concrète. Si on la replace dans la dynamique des exercices spirituels décrite ci-dessus, l'écriture se situe au niveau de la méditation et de la mémorisation, cette étape où ce qui a été appris, analysé et approfondi à travers la lecture et la recherche est assimilé pour être transformé en un comportement qui devient un réflexe faisant partie de l'attitude spirituelle fondamentale d'attention.

L'écriture *éthopoïétique* stoïcienne a lieu à travers deux formes : les *hypomnēmata* et la correspondance. Parmi les œuvres des trois philosophes auxquels nous nous intéressons dans ce travail, les *Pensées* de Marc Aurèle relèvent des *hypomnēmata* tandis que les *Lettres* de Sénèque sont de l'ordre de la correspondance : Marc Aurèle consigne par écrit certaines de ses observations, réflexions, questions personnelles et semble s'adresser à un interlocuteur imaginaire, qui n'est en réalité personne d'autre que lui-même, tandis Sénèque écrit à son correspondant et ami Lucilius pour lui donner des conseils et l'encourager à mener une vie conforme aux prescriptions stoïciennes. Le cas des *Entretiens* d'Épictète est particulier, puisqu'il s'agit de notes de cours rassemblées par Arrien, où celui-ci reproduit des discussions qui avaient lieu entre le maître et ses disciples. Il nous semble être à cheval entre les deux formes<sup>25</sup>.

### *Les hypomnēmata*

Le terme grec ὑπόμνημα signifie « ce qui sert à rappeler le souvenir de quelque chose<sup>26</sup> ». Dans le système de l'ἄσκησις stoïcienne, les *hypomnēmata* servent de livres de vie, de guides de conduite où l'on consigne des citations, des fragments d'ouvrages, des exemples et des actions dont on a été témoin ou dont on a lu le récit, des réflexions ou des raisonnements qu'on a entendus ou qui sont venus à l'esprit. Ils constituent ainsi une « mémoire matérielle » des choses lues, entendues ou pensées.

---

<sup>24</sup> FOUCAULT (2001), p. 1237.

<sup>25</sup> Nous reviendrons sur l'aspect particulier de la forme des *Entretiens* dans le chapitre consacré à Épictète intitulé « Épictète : la lecture des *Entretiens* et l'écriture du *Manuel* » aux pages 84-106.

<sup>26</sup> LSJ en ligne : <https://lsj.gr/wiki/ὑπόμνημα>

Cependant, considérer ces écrits comme de simples substituts de mémoire enlèverait à l'écriture sa fonction *éthopoïétique*. L'usage des *hypomnēmata* stoïciens ne se limite pas à consigner des lectures sous la forme d'un résumé visant à se rappeler les idées principales de la pensée de tel ou tel philosophe. Ce qu'il s'agit de consigner, ce sont toutes les idées forces glanées au fil des lectures, mais pas n'importe comment : sous la forme d'un trésor de formules et d'aphorismes que, le moment venu, la lecture remet en mémoire. Le propre des *hypomnēmata* est d'être constamment « sous la main », πρόχειρον, pour être utilisés aussitôt qu'il en est besoin, dans l'action, comme le dit Épictète :

Ces pensées, garde-les sous la main nuit et jour ; écris-les, lis-les qu'elles soient l'objet de tes entretiens, que tu te parles à toi-même ou que tu t'adresses à quelqu'un d'autre (Ταῦτα νυκτός, ταῦτα ἡμέρας πρόχειρα ἔστω· ταῦτα γράφειν, ταῦτα ἀναγιγνώσκειν· περὶ τούτων τοὺς λόγους ποιῆσθαι, αὐτὸν πρὸς αὐτόν, πρὸς ἕτερον) : « Ne peux-tu m'aider en cette occasion ? » Renouvelle ensuite ta demande auprès d'un autre, et d'un autre encore. *Alors, s'il se produit un de ces événements qu'on appelle des malheurs, la première chose qui aussitôt soulagera ta peine, c'est la pensée que l'événement en question n'était pas inattendu.* (Εἶτα ἂν τι γένηται τῶν λεγομένων ἀβουλήτων, εὐθὺς ἐκεῖνο πρῶτον ἐπικουφίσει σε, ὅτι οὐκ ἀποσδόκητον.)<sup>27</sup>

À travers cet extrait, nous constatons que les *hypomnēmata* constituent un matériel et un cadre pour des exercices à effectuer fréquemment : lire, relire, méditer, s'entretenir avec soi-même, etc. C'est précisément de cette façon que l'écriture devient un « exercice spirituel », selon la thèse de Pierre Hadot : elle stimule la pensée qui s'exerce sur elle-même, réactive ce qu'elle sait, réveille un principe, une règle ou un exemple, réfléchit sur eux, les assimile et se prépare ainsi à affronter le réel<sup>28</sup>.

Le but ultime des *hypomnēmata* est d'enraciner dans l'âme des discours vivants. Le premier travail d'écriture vise ainsi à inscrire dans l'âme, à fichier, à implanter profondément en elle les discours en un savoir qui finit par faire partie de nous-mêmes. En d'autres termes, à travers l'exercice d'écriture, l'âme doit faire « non seulement siens, mais aussi et surtout soi<sup>29</sup> » les discours secourables et susceptibles, comme le dit Plutarque, d'élever eux-mêmes la voix et de faire taire les passions comme un maître qui d'un mot apaise le grondement des chiens<sup>30</sup>. Il s'agit de s'approprier ces discours non seulement en les mémorisant de manière à les conserver dans l'âme, en les faisant « siens », mais aussi et surtout en les assimilant de manière à ce qu'ils changent l'âme, en les faisant « soi ».

---

<sup>27</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 24, 103-104 (nous soulignons).

<sup>28</sup> FOUCAULT (2001), p. 1236.

<sup>29</sup> FOUCAULT (2001), p. 1238.

<sup>30</sup> PLUTARQUE, *De tranquillitate*, 465C.

Dans cette optique, Foucault présente l'écriture des *hypomnēmata* comme un relais important dans la subjectivation du discours, c'est-à-dire dans le fait de rendre le discours propre au sujet, de faire en sorte qu'il prenne pour lui la valeur d'une disposition d'esprit qui le construit. En d'autres termes, les *hypomnēmata*, qui rassemblent ce qu'on a pu entendre ou lire, permettent d'utiliser le discours selon et en vue de la construction de soi<sup>31</sup>. Il explique ce processus de construction de soi en évoquant trois raisons<sup>32</sup>.

La première raison évoquée par Foucault est « la limitation due au couplage de l'écriture et de la lecture ». Dans l'extrait de Sénèque ci-dessus, nous avons relevé l'indissociabilité de la lecture et de l'écriture, qui se tempèrent réciproquement. En effet, si trop écrire épuise, comme le dit Sénèque en faisant référence au travail de style, l'excès de lecture disperse :

Il y a autre chose : tu lis beaucoup d'auteurs, des livres de tout genre. Cette disposition ne supposerait-elle pas du flottement, un certain manque d'assiette ? Il ne faut se pénétrer et ne se nourrir que de quelques auteurs déterminés, si l'on veut tirer un profit durable. C'est n'être nulle part que d'être partout. À passer sa vie en voyage, on se fait beaucoup d'hôtes, et point d'amis. Ce sera fatalement le sort de ceux qui, au lieu de s'en tenir au commerce intime d'un grand esprit, épuisent la liste des auteurs en courant éperdument de l'un à l'autre. [...] *Abondance de livres, tiraillements de l'esprit. Ainsi, puisque tu serais hors d'état de lire tous ceux que tu pourrais avoir, contente-toi d'en avoir autant que tu en peux lire. (Distringit librorum multitudo ; itaque cum legere non possis quantum habueris, satis est habere quantum legas).*<sup>33</sup>

En passant sans cesse de livre en livre, sans jamais s'arrêter, sans prendre des notes ni se constituer par écrit un trésor de lectures, on s'expose à ne rien retenir, à se disperser à travers des pensées différentes et à s'oublier soi-même. L'écriture, comme manière de recueillir la lecture faite et de se recueillir sur elle, est un exercice de raison qui s'oppose au grand défaut de la déraison, la *stultitia*, dont Sénèque donne la définition suivante :

Comment, Lucilius, désigner ce qui, si nous tendons en un sens, nous entraîne dans un autre et nous pousse du côté que nous désirons fuir ? Quel est cet antagoniste de notre âme, qui nous défend de jamais rien vouloir une bonne fois ? Nous flottons entre des résolutions diverses ; nous ne voulons pas avec une volonté libre, absolue, arrêtée pour toujours. « C'est, réponds-tu, la déraison, pour qui il n'y a rien de constant, que rien ne satisfait longtemps. » (« *Stultitia, inquis, est cui nihil constat, nihil diu placet.* ») Mais comment, quand nous arracherons-nous à ses prises ? Nul n'est par lui-même de force à émerger des flots. Il faut quelqu'un qui lui tende la main, quelqu'un qui le tire à la rive.<sup>34</sup>

---

<sup>31</sup> FOUCAULT (2001), p. 1238.

<sup>32</sup> Pour le développement qui suit, voir FOUCAULT (2001), p. 1239-1242.

<sup>33</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 2, 2-3 (nous soulignons).

<sup>34</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, V, 52, 1-3 (nous soulignons).

La *stultitia* correspond à une agitation de l'esprit, une instabilité de l'attention, un changement des opinions et des volontés, et par conséquent une fragilité devant tous les événements qui peuvent se produire. Elle se caractérise également par le fait qu'elle tourne l'esprit vers l'avenir, le rend curieux de nouveautés et l'empêche de se donner un point fixe dans la possession d'une vérité acquise. Cette notion est à mettre partiellement en lien avec l'attitude à l'égard du temps évoquée plus haut qui se traduit en le refus de se tourner vers l'avenir. En revanche, elle accorde une valeur positive à la possession d'un passé dont on peut jouir souverainement et sans trouble. Ainsi, les *hypomnêmata* permettent de détacher l'âme du souci du futur pour se concentrer sur la méditation du passé.

La deuxième raison de la construction de soi par l'écriture est « la pratique réglée et volontaire du disparate qui détermine les choix ». En d'autres termes, les *hypomnêmata* sont le résultat d'un choix d'éléments hétérogènes. Il n'y est pas question d'unité doctrinale : il ne s'agit pas de connaître toute une œuvre ou toutes les œuvres d'un auteur. Foucault épingle deux principes qui commandent à ce type d'écriture : la « vérité locale de la sentence » et sa « valeur circonstancielle d'action »<sup>35</sup>. Le meilleur exemple de cela est donné par Sénèque, qui choisit ce qu'il note pour lui-même et pour ses correspondants tout aussi bien chez l'un des philosophes de sa propre école, que chez Démocrite ou Épicure :

Lis donc toujours des auteurs d'une autorité reconnue ; et, si l'envie te prend de pousser une pointe chez les autres, reviens vite aux premiers. Assure-toi quotidiennement une défense contre la pauvreté, contre la mort, sans oublier nos autres fléaux. De tout ce que tu auras parcouru extrais une pensée à bien digérer ce jour-là. C'est aussi ce que je fais. Entre plusieurs textes que je viens de lire, je jette sur l'un d'eux mon dévolu. *Voici mon butin d'aujourd'hui ; c'est chez Épicure que je l'ai trouvé, car j'aime aussi à passer dans le camp d'autrui. Comme transfuge ? Non pas ; comme éclaireur. « Belle chose, dit-il, que l'allégresse dans la pauvreté. » (Hodiernum hoc est quod apud Epicurum nactus sum (soleo enim et in aliena castra transire, non tamquam transfuga, sed tamquam explorator) : « honesta, inquit, res est laeta paupertas. »)*. Au fait, il n'y a plus pauvreté là où se trouve l'allégresse. Ce n'est pas la médiocrité des ressources, c'est la surenchère des désirs qui fait que l'on est pauvre. Qu'importe ce que tel homme compte d'or dans son coffre, de blé dans ses granges, de bétail dans ses pacages, quels intérêts produisent ses capitaux, s'il convoite le bien d'autrui, s'il suppose non ce qu'il a acquis, mais ce qu'il pourrait acquérir ? Quelles sont donc, me diras-tu, les justes bornes de la richesse ? Le nécessaire d'abord ; ensuite ce qui suffit.<sup>36</sup>

Nous voyons ici que Sénèque considère et retient cette phrase d'Épicure comme une sentence vraie dans ce qu'elle affirme, convenable dans ce qu'elle prescrit et utile selon les circonstances où l'on se trouve. L'écriture comme exercice personnel fait *par soi et pour soi*

---

<sup>35</sup> FOUCAULT (2001), p. 1240.

<sup>36</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 2, 4-6 (nous soulignons).

est un « art de la vérité disparate » au sens où elle est une « manière réfléchie de combiner l'autorité traditionnelle de la chose déjà dite avec la singularité de la vérité qui s'y affirme et la particularité des circonstances qui en déterminent l'usage.<sup>37</sup> »

La troisième et dernière raison évoquée par Foucault est l'« appropriation » qui passe par l'« unification ». Cette dernière n'est pas opérée dans la composition d'un ensemble, mais dans le scripteur lui-même à travers la constitution (le geste même d'écrire) et la consultation (la lecture et la relecture) des *hypomnēmata*. Selon Foucault, l'unification a lieu en vertu de deux processus : la constitution d'un corps et la constitution d'une âme.

D'une part, le rôle de l'écriture est d'unifier les fragments hétérogènes par leur subjectivation dans l'exercice d'écriture même. Cette unification, Sénèque la compare à la digestion des aliments<sup>38</sup> ou à l'addition de chiffres formant une somme :

*Les aliments absorbés, tant qu'ils se conservent tels quels, tant qu'ils nagent à l'état solide dans l'estomac, sont une charge pour l'organisme. Leur transformation accomplie, c'est alors qu'ils deviennent de la force et du sang. (Alimenta quae accepimus, quamdiu in sua qualitate perdurant et solida innatant stomacho, onera sunt ; at cum ex eo quod erant mutata sunt, tunc demum in vires et in sanguinem transeunt.)* Procédons de même pour la nourriture de l'esprit. Ne souffrons pas que rien de ce qui entre en nous demeure intact, de peur qu'il ne soit jamais assimilé. *Digérons la matière : autrement elle passera dans notre mémoire, non dans notre intelligence. (Concoquamus illa : aloqui in memoriam ibunt, non in ingenium.)* Adhérons cordialement à ces pensées d'autrui et sachons les faire nôtres, afin d'unifier cent éléments divers, comme l'addition fait de nombres isolés un nombre unique en comprenant dans un total unique des totaux plus petits et inégaux entre eux. *(Adsentiamur illis fideliter et nostra faciamus, ut unum quiddam fiat ex multis, sicut unus numerus fit ex singulis cum minores summas et dissidentes computatio una comprehendit.)* Voilà comment doit travailler l'esprit : qu'il cèle tout ce de quoi il a été secouru et ne produise que ce qu'il en a fait.<sup>39</sup>

Le corps qui doit se constituer à travers l'écriture n'est pas un corps de doctrine, mais – pour reprendre la métaphore digestive de Sénèque – le corps même de celui qui, en transcrivant ses lectures, les a assimilées pour faire sienne leur vérité : l'écriture transforme la chose vue ou entendue « en force et en sang ». Elle se fait dans le scripteur lui-même un « principe d'action rationnelle »<sup>40</sup>.

D'autre part, l'écriture sert à constituer sa propre identité. Le but des *hypomnēmata* n'est pas d'imiter ni de copier un modèle. Selon Sénèque, on ne doit pas élaborer ce qu'on retient

---

<sup>37</sup> FOUCAULT (2001), p. 1240.

<sup>38</sup> Nous reviendrons plus en détails sur cette métaphore alimentaire dans le chapitre intitulé « Comparaison : thème et procédé stylistique » aux pages 46-66.

<sup>39</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XI-XIII, 84, 6-7 (nous soulignons).

<sup>40</sup> FOUCAULT (2001), p. 1241.



d'un auteur de manière à refléter, tel un miroir, ou à représenter, tel un portrait, la pensée de ce dernier, mais de manière à se l'approprier et à constituer notre propre âme :

Même si en toi l'on reconnaît les traits de quelque modèle profondément gravé dans ton âme par l'admiration, je veux que ce soit la ressemblance d'un fils à son père, non un portrait. Un portrait est une chose morte. « Comment ! On ne verra pas de qui est imité le style, de qui est empruntée la dialectique, de qui sont reproduites les idées ? » *Il pourra se faire, je pense, que l'on aille jusqu'à ne pas le voir, si l'imitateur est un puissant esprit qui, sur tous les emprunts qu'il a faits à quelque modèle, a mis son cachet qui fait tout tendre à l'unité. (Puto aliquando ne intellegi quidem posse, si magni vir ingenii omnibus quae ex quo voluit exemplari traxit formam suam impressit, ut in unitatem illa competant.)*<sup>41</sup>

Le problème éthique de la ressemblance, de la fidélité et de l'originalité traité ici par Sénèque est réglé par le jeu des lectures choisies et de l'écriture assimilatrice qui forment une identité à travers laquelle se lit toute une généalogie spirituelle.

Au terme de ce développement, nous comprenons comment les *hypomnēmata* relèvent de la construction de soi. Les effets de la limitation dus au couplage de l'écriture avec la lecture, la pratique réglée du disparate qui détermine les choix et l'appropriation qu'elle effectue font de « la recollection du logos fragmentaire et transmis par l'enseignement, l'écoute ou la lecture un moyen pour l'établissement d'un rapport de soi à soi aussi adéquat et achevé que possible.<sup>42</sup> »

Ce sont sans aucun doute les *Pensées* de Marc Aurèle qui s'apparentent le plus à cette forme d'écriture. Il s'agit en effet d'un ensemble de notes personnelles disposées vraisemblablement dans l'ordre où elles ont été écrites. Dans cette sorte de journal, Marc Aurèle ne dépose cependant ni ses pensées ni ses actions quotidiennes, mais des exhortations, des règles ou des arguments qu'il veut s'adresser à lui-même et retenir afin d'orienter correctement sa pensée. Ainsi, il écrit :

Ne vagabonde plus. Tu n'es plus destiné à relire tes notes, ni les histoires anciennes des Romains et des Grecs, ni les extraits de traités que tu réservais pour tes vieux jours. *Hâte-toi donc au but, dis adieu aux vains espoirs et viens-toi en aide, si tu te soucies de toi-même, tant que c'est encore possible. (Σπεῦδε οὖν εἰς τέλος καὶ τὰς κενὰς ἐλπίδας ἀφείδε σαυτῶ βοήθει, εἴ τί σοι μέλει σεαυτοῦ, ἕως ἔξεστιν.)*<sup>43</sup>

Cette pensée invite à passer à l'acte dans la pratique de la philosophie à travers les exercices spirituels. Cette invitation est pressante parce qu'il s'agit du cœur, de l'essence de la philosophie. Passer sa vie à lire, et rester ainsi dans la théorie, est vain. Ce qui compte, le «

---

<sup>41</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XI-XIII, 84, 8 (nous soulignons).

<sup>42</sup> FOUCAULT (2001), p. 1239.

<sup>43</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, III, 14 (nous soulignons).

but » vers lequel il faut se hâter, c'est la mise en pratique de ce qui a été lu à travers le processus de l'écriture qui conduit à une transformation de soi, associée ici au fait de se venir en aide, de prendre soin de soi.

### *La correspondance*

La correspondance est la seconde forme à l'intérieur de laquelle s'est logée l'écriture *éthopoïétique* selon Foucault. Si les *hypomnēmata* peuvent servir de matière première à des textes que l'on envoie aux autres, la missive, texte par définition destiné à autrui, donne lieu elle aussi à un exercice personnel aussi bien pour le destinataire qui agit sur lui-même par le geste même de l'écriture que pour le destinataire qui la lit et la relit. En vertu de cette double fonction, la correspondance est toute proche des *hypomnēmata*. Sa forme en est par ailleurs souvent voisine.

L'exemple de correspondance par excellence est celui de Sénèque qui, en s'informant de Lucilius et de ses progrès, en lui donnant des conseils et en commentant pour lui quelques grands principes de conduite, continue à s'exercer lui-même :

Retire-toi en toi-même autant qu'il est possible. Attache-toi à ceux qui te rendront meilleur ; ouvre ta porte à ceux que tu as espoir de rendre toi-même meilleurs. *Ce sont offices réciproques : qui enseigne s'instruit. (Mutuo ista fiunt et homines dum docent discunt.)*<sup>44</sup>

Dans cet extrait, Sénèque décrit bien les rapports qu'il entretient avec Lucilius : il effectue simultanément un double travail sur son correspondant et sur lui-même. Les lettres qu'il lui envoie pour l'aider constituent pour lui une forme d'entraînement. En d'autres termes, les avis que l'on donne aux autres dans l'urgence de leur situation sont une façon de se préparer soi-même à une semblable éventualité. Foucault résume cela en disant que « l'écriture qui aide le destinataire arme le scripteur.<sup>45</sup> »

Par ailleurs, il arrive aussi que le service d'âme rendu par le scripteur à son correspondant lui soit restitué sous la forme d'un « conseil en retour ». La direction ne reste pas longtemps à sens unique car à mesure que celui qui est dirigé progresse, il devient davantage capable de donner à son tour des avis, des exhortations, des consolations à celui qui a entrepris de l'aider. Sénèque signale ce mouvement :

Moi je te revendique : tu es mon ouvrage. M'étant rendu compte de ton naturel, j'ai opéré une mainmise ; je t'ai bien exhorté, aiguillonné, et, impatient de toute lenteur, je t'ai poussé sans

---

<sup>44</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 7, 8 (nous soulignons).

<sup>45</sup> FOUCAULT (2001), p. 1239.

relâche. *Je suis resté fidèle à la méthode, mais aujourd'hui j'exhorte quelqu'un qui est déjà rondement parti et m'exhorte à son tour. (Nunc idem facio, sed iam currentem hortor et invicem hortantem.)*<sup>46</sup>

Malgré tous ces points communs, la correspondance ne doit pas être considérée comme le simple prolongement des *hypomnêmata*. Elle est quelque chose de plus qu'un entraînement de soi par soi au moyen de l'écriture, à travers les conseils et les avis que l'on donne à l'autre. Elle constitue aussi une certaine manière de se manifester à soi-même et aux autres :

*Tu m'écris souvent et je t'en sais gré, car ainsi tu te montres à moi par le seul moyen dont tu disposes. Chaque fois que ta lettre m'arrive, nous voilà tout de suite ensemble. (Quod frequenter mihi scribis gratias ago ; nam quo uno modo potes te mihi ostendis. Numquam epistulam tuam accipio ut non protinus una simus.)* Si nous sommes contents d'avoir les portraits de nos amis absents, par les souvenirs qu'ils renouvellent, si cette consolation mensongère et vaine allège le regret d'être loin d'eux, comme une lettre nous réjouit davantage, puisqu'elle apporte des marques vivantes de l'absent, l'empreinte authentique de sa personne ! *La trace d'une main amie, imprimée sur les pages, assure ce qu'il y a de plus doux dans la présence : reconnaître. (Nam quod in conspectu dulcissimum est, id amici manus epistulae impressa praestat, agnoscere.)*<sup>47</sup>

Comme l'exprime Sénèque, la lettre rend le scripteur « présent » à celui auquel il s'adresse. Et présent non pas simplement par les informations qu'il lui donne sur sa vie, ses activités, ses réussites et ses échecs, ses fortunes ou ses malheurs, mais présent d'une sorte de présence immédiate et quasi physique. Écrire, c'est donc se montrer, se faire voir, faire apparaître son propre visage auprès de l'autre. Par là, il faut comprendre que la lettre est « à la fois un regard qu'on porte sur le destinataire (par la missive qu'il reçoit, il se sent regardé) et une manière de se donner à son regard par ce qu'on lui dit de soi-même.<sup>48</sup> »

La lettre induit donc une sorte de face-à-face : chacun doit y révéler son âme. La réciprocité que la correspondance établit ne réside pas seulement dans le conseil et l'aide, mais aussi dans le regard et l'examen. Sénèque le dit en effet :

Tu exiges que je te rende compte de chacune de mes journées et, ma foi ! heure par heure. Tu as de moi bonne opinion, si tu estimes qu'il ne s'y passe rien que j'aie à cacher. *Il est bien vrai que nous devons régler notre vie comme si tout le monde la regardait ; penser comme si quelqu'un pouvait lire au fond de nos cœurs. (Sic certe vivendum est tamquam in conspectu vivamus, sic cogitandum tamquam aliquis in pectus intimum introspicere possit.)* Quelqu'un peut y lire. Oui, que sert de se cacher en partie aux hommes ? Rien n'est fermé au dieu. Il assiste

---

<sup>46</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IV, 34, 2 (nous soulignons).

<sup>47</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IV, 40, 1 (nous soulignons).

<sup>48</sup> FOUCAULT (2001), p. 1244.

à la vie de la conscience, il intervient dans nos délibérations intimes ; je dis : il intervient, comme si parfois, il s'en retirait !<sup>49</sup>

À travers ces mots, Sénèque place son correspondant, Lucilius, au rang du dieu intérieur, ce regard dont nous devons nous dire qu'il est en train de plonger au fond de notre cœur au moment où nous pensons. Par la missive, il s'agit de s'ouvrir au regard des autres. Foucault explique que si la lettre, en tant qu'exercice, travaille à la « subjectivation du discours vrai, à son élaboration et son assimilation comme bien propre », elle constitue aussi et en même temps une « objectivation de l'âme »<sup>50</sup>.

Ce double mouvement implique en amont une introspection qui s'apparente non pas à un déchiffrement de soi par soi, mais à une ouverture que l'on donne à l'autre sur soi-même. La correspondance avec autrui et l'échange du service d'âme se développe en un récit de soi particulier. Selon Foucault, les correspondances de Sénèque avec Lucilius constituent un récit de soi en tant que « récit du rapport à soi »<sup>51</sup>. Ce type de récit de soi contient deux points stratégiques : les « interférences de l'âme et du corps » et les « activités du loisir » ; en d'autres termes, le corps et les jours.

Les nouvelles de la santé sont un motif d'écriture récurrent dans la correspondance. Dans le récit du rapport à soi, elles prennent la forme de descriptions détaillées des sensations corporelles et des troubles divers éprouvés. Elles sont généralement l'occasion de rappeler les effets du corps sur l'âme, l'action en retour de celle-ci, ou la guérison du premier par les soins apportés à la seconde. Ainsi la longue lettre 78 à Lucilius est dans sa majeure partie consacrée au problème du « bon usage » des maladies et de la souffrance. Pour aider son correspondant qui se plaint de souffrir de catarrhe et de petits accès de fièvre, Sénèque raconte qu'il a éprouvé cela lui aussi bien des années auparavant et que ce qui lui a procuré la guérison, ce furent les remèdes de l'âme :

Qu'est-ce qui me consola alors ? Je vais te le dire, mais en commençant par dire que les pensées auxquelles je demandais mon réconfort eurent sur moi l'effet d'un traitement curatif. Et de fait les grands principes consolateurs ont une vertu de guérison, et tout ce qui élève le moral profite à l'être physique. *Ces études qui nous sont chères m'ont sauvé, je porte au compte de la philosophie mon rétablissement, le retour de mes forces (Studia mihi nostra saluti fuerunt ; philosophiae acceptum fero quod surrexi, quod convalui) ; je lui dois la vie et c'est envers elle ma moindre dette. Ce qui n'a pas peu contribué à ma guérison, ce sont les amis, qui*

---

<sup>49</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, X, 83, 1 (nous soulignons).

<sup>50</sup> FOUCAULT (2001), p. 1245.

<sup>51</sup> FOUCAULT (2001), p. 1245.

m'encourageaient, me veillaient, causaient avec moi et m'apportaient ainsi du soulagement. Oui, Lucilius, rien ne ranime et ne restaure un malade comme l'affection de ses amis.<sup>52</sup>

Il arrive aussi que les lettres reproduisent le mouvement qui a conduit d'une impression subjective à un exercice de pensée, celui de la méditation :

Il m'était, à vrai dire, indispensable de secouer l'organisme, soit, si de la bile logeait dans ma gorge, pour le faire tomber, soit, si par quelque motif mon souffle même était trop dense, pour qu'il fût raréfié par un ballonnement dont je me suis trouvé bien.

C'est ainsi que j'ai prolongé une sortie à laquelle le rivage même l'invitait : entre Cumes et la villa Servilius Vatia il s'infléchit et la mer d'un côté, le lac de l'autre l'enserrent comme une étroite chaussée. [...] *Cependant, selon mon habitude, je m'étais mis à regarder à l'entour si je ne trouverais pas quelque chose dont je pusse tirer profit, et mes yeux se portèrent sur la maison qui a été naguère celle de Vatia. (Ex consuetudine tamen mea circumspicere coepi an aliquid illic invenirem quod mihi posset bono esse, et derexi oculos in villam quae aliquando Vataiae fuit.)*<sup>53</sup>

Au cours de cette promenade qu'il raconte de manière détaillée, Sénèque s'inspire des lieux qu'il traverse, de ce qu'il y voit et y entend, pour formuler des réflexions philosophiques au sujet de la retraite et de la solitude<sup>54</sup> ainsi que de l'amitié<sup>55</sup>.

---

<sup>52</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IX, 78, 3-4 (nous soulignons).

<sup>53</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 55, 2-3 (nous soulignons).

<sup>54</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 55, 3-5 : « C'est ici que cet ancien préteur, ce riche personnage, sans aucun titre à la notoriété que son loisir, a vieilli et cela suffisait pour qu'on vît en lui un heureux. Chaque fois que l'amitié d'Asinius Gallus, chaque fois que la haine et plus tard l'affection de Séjan avait coulé tel et tel (à l'avoir heurté, à l'avoir aimé le risque fut le même), chacun s'écriait : "Ô Vatia, il n'y a que toi qui saches vivre." Mais, mon cher Lucilius, une idée si sainte, si vénérable s'attache à la philosophie que, si quelque apparence la rappelle, on se laisse prendre même à la contrefaçon. Un homme qui vit retiré passe dans l'opinion vulgaire pour être loisir, affranchi des soucis, se suffisant à lui-même, vivant pour soi, tous privilèges qui ne sont départis qu'au sage. Seul, le sage sait vivre pour soi ; en effet, il sait vivre, ce qui est le premier point. Tel a fui les affaires et les hommes, que la faillite de ses ambitions a exilé du monde, qui n'a pas supporté de voir à d'autres plus de bonheur, qui, tel un animal timide et paresseux, s'est terré par peur : celui-là ne vit pas pour lui-même, il vit, suprême honte, pour son ventre, pour le sommeil, pour la débauche. Il ne s'ensuit pas que l'on vive pour soi de ce qu'on ne vit pour personne. Et pourtant la constance, la persévérance dans les résolutions est chose si grande que même la paresse en impose, quand elle est obstinée. »

<sup>55</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 55, 8-11 : « Quoi qu'il en soit, le lieu n'apporte pas à la paix morale une contribution bien grande : c'est l'âme qui confère à toutes choses le prix qu'elles ont pour elle. J'ai vu, moi, dans une riante et pittoresque maison de campagne des hôtes chagrins ; j'ai vu, en pleine solitude, des affairés. Tu aurais donc un tort de croire que, si ta vie intérieure n'est pas bien en ordre, c'est que tu n'es pas en Campanie. Au fait, pourquoi n'y es-tu pas ? Viens jusqu'ici en pensée. La société de mes amis absents, on peut l'avoir, à vrai dire, aussi souvent, aussi longtemps qu'on le veut. Et même, ce plaisir, le plus grand de tous, est plus complet dans l'absence. L'habitude du tête-à-tête fait qu'on se blase ; parce que, de temps à autre, on cause, on se promène, on est assis ensemble, séparés, nous ne pensons plus à ceux que tout à l'heure nous voyions. Une raison encore pour que nous devions supporter patiemment l'absence, c'est que, même si les mains sont là, on vit beaucoup loin de leur compagnie. Compte les nuits passées chez soi, les occupations qui nous séparent, l'étude solitaire, les villégiatures en banlieue : le temps que nous ravit un déplacement lointain est, tu le reconnaîtras, peu de chose. En amitié, c'est par le cœur que s'assure la possession. Or, le cœur n'est jamais absent. Il voit qui il veut, et tous les jours. Mets-moi donc de moitié avec toi aux heures d'étude, aux repas, dans les promenades. Nous serions bien étroitement logés dans l'existence, si l'essor de nos pensées rencontrait quelque part une barrière. Je te vois, mon cher Lucilius, à cet instant même je t'entends ; je suis tellement avec toi que je me demande toujours si je ne vais pas te faire porter un mot, au lieu de t'envoyer une lettre. »

Ainsi la vision de la villa Servilius Vatia lui permet de distinguer entre deux types de retraite : la retraite par paresse ou par peur, qui consiste à ne vivre pour personne, et la retraite par loisir, qui consiste à vivre pour soi. C'est cette dernière qui constitue la véritable retraite. La description de la villa également est l'occasion d'évoquer l'idée selon laquelle c'est l'intérieur, c'est-à-dire l'âme, et non l'extérieur, c'est-à-dire l'endroit où l'on se trouve, qui procure la paix morale. Sénèque invite enfin Lucilius à le rejoindre en pensée car l'amitié se vit non pas par le corps, mais par le cœur qui n'est jamais absent et voit ce qu'il veut. Cela montre comment à partir d'une impression subjective, la vision de la villa Servilius Vatia, naissent en Sénèque des considérations d'ordre philosophique sur lesquelles il médite.

La lettre est aussi une manière de se présenter à son correspondant dans le déroulement de la vie quotidienne. C'est, selon Foucault, le second point stratégique du récit du rapport à soi. Le scripteur raconte sa journée pour attester non pas l'importance d'une activité quelconque, mais bien de la qualité d'un mode d'être. Chez Sénèque, la valeur d'une journée tient en effet à ce que rien ne s'y est passé qui aurait pu le détourner de la seule chose qui soit importante pour lui, à savoir s'occuper de lui-même :

Je vais donc faire ce que tu désires : la nature, l'ordre de mes occupations, je te communique volontiers tout cela. Je m'examine tout de suite et, suivant une pratique des plus salutaires, je fais la revue de ma journée. Pourquoi sommes-nous si mauvais ? C'est que nul d'entre nous ne jette sur sa vie un coup d'œil rétrospectif. Que ferons-nous ? C'est à cela que nous pensons, et encore de loin en loin. Qu'avons-nous fait ? Nous n'y pensons pas. L'avenir pourtant s'organise sur le plan du passé.

*Cette journée-ci est tout entière à moi, personne ne m'en a rien dérobé. (Hodiernius dies solidus est, nemo ex illo quicquam mihi eripuit.)*<sup>56</sup>

Il explique, dans les lignes qui suivent, avoir fait un peu d'entraînement physique, couru avec un petit esclave, pris un bain, mangé une simple collation de pain et fait une sieste très brève. Mais la majeure partie de sa journée a été consacrée à la méditation sur le lit d'étude et à la lecture à propos d'un thème suggéré par un syllogisme sophistique de Zénon au sujet de l'ivresse.

Par ailleurs, si raconter sa journée engage à vivre sous le regard d'autrui sans avoir rien à cacher, elle touche également de près à une pratique à laquelle Sénèque fait allusion dans le passage ci-dessus : l'examen de conscience. Cet exercice mental lié à la mémorisation entre complètement dans le cadre des exercices spirituels : il s'agit de s'instituer inspecteur de soi-même pour jauger les fautes et de réactiver les règles de comportement qu'il faut avoir toujours

---

<sup>56</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, X, 83, 2-3 (nous soulignons).

présentes à l'esprit. Cette pratique n'est pas forcément écrite, elle est même généralement mentale. C'est en revanche dans la relation épistolaire, qui implique de se mettre soi-même sous les yeux de l'autre, qu'elle a été formulée comme un récit écrit de soi-même.

Après avoir passé en revue les deux formes à l'intérieur desquelles se sont logées l'écriture *éthopoïétique* – les *hypomnêmata* et la correspondance –, nous sommes en mesure de répondre à une de nos questions de recherche : « pour qui écrit-on ? ». Il y a deux destinataires possibles : *soi* et/ou *autrui*. Quand on écrit pour soi, on est dans la pratique des *hypomnêmata*. C'est le cas de Marc Aurèle qui, dans ses *Pensées*, se constitue lui-même comme « sujet d'action rationnelle par l'appropriation, l'unification et la subjectivation d'un déjà-dit fragmentaire et choisi<sup>57</sup> » et tente de « débusquer de l'intérieur de l'âme les mouvements les plus cachés de manière à pouvoir s'en affranchir ». Dans le cas de la correspondance, le destinataire est *autrui*. Et cet *autrui* devient le prétexte d'écriture d'un récit de soi, plus précisément d'un récit du rapport à soi. Il s'agit de « faire venir à coïncidence le regard de l'autre et celui qu'on porte sur soi quand on mesure ses actions quotidiennes aux règles d'une technique de vie. »

Le point commun entre ces deux types d'écriture est qu'elles mettent l'âme dans un mouvement de retournement sur elle-même à travers la réactivation de ce qu'elle sait. Ainsi, le scripteur se rend présent un principe, une règle ou un exemple, auquel il réfléchit, qu'il assimile au point de faire corps avec, au point de faire qu'il opère une transformation en lui. Dans les *hypomnêmata* et dans la correspondance, le processus d'écriture, qui s'apparente à une écriture de soi, relève de la construction de soi à travers sa fonction d'agent de transformation de la vérité en ἡθoς.

Énoncée de cette façon, il nous semble cependant que cette thèse confond la fin et le moyen de l'écriture de soi. Dans son analyse des *hypomnêmata* et de la correspondance, Foucault ne semble pas prendre en compte le fait que l'écriture, à partir du moment où elle est couplée à la lecture, constitue un exercice spirituel à part entière et qu'à ce titre, son objectif ultime réside dans la transformation de la manière d'être et de vivre de celui qui la pratique<sup>58</sup>.

---

<sup>57</sup> FOUCAULT (2001), p. 1249.

<sup>58</sup> Dans son article intitulé « L'*éthopoïétique* de l'écriture de soi », Isabelle Galichon dénonce ce manquement chez Foucault. Sur base des propos de Sénèque au sujet de la lecture et de l'écriture, elle met en évidence « le fait que la praxis de l'écriture de soi implique une dynamique entre écriture et lecture ». Suite à cela, elle propose un approfondissement de la thèse de Foucault en appréhendant l'écriture de soi comme puissance de transformation selon la dimension énergétique de cette notion, l'*energeia*, forgée par Aristote et qui a nourri toute une réflexion théorique sur l'activité de lecture et d'écriture. Cf. GALICHON I., « L'*éthopoïétique* de l'écriture de soi », *Phantasia* 8 (2019), p. 21-30.

Cette transformation a lieu à travers la construction de soi qui n'est donc pas la véritable fin de l'écriture, mais un moyen d'y parvenir. Ainsi, dans l'écriture, le scripteur mobilise toute une série de conseils et d'exhortations morales, de principes et de dogmes philosophiques dans l'ultime but d'opérer une transformation de la manière d'être et de vivre, la sienne dans le cas des *hypomnēmata*, celle d'autrui dans le cas de la correspondance. Dans le cadre d'un exercice, écrire, c'est modifier son climat intérieur pour adopter un certain comportement extérieur, et non l'inverse. Pour bien comprendre cette nuance, il faut se tourner vers la conception générale de la philosophie antique en tant que manière de vivre.

### ***Le stoïcisme comme manière de vivre***

La raison d'être des exercices spirituels, de l'entraînement de soi par soi, de l'ἄσκησις réside dans la conception générale que les Anciens ont de la philosophie. Ils la considèrent en effet comme une manière de vivre dont l'objectif est de tendre vers un idéal de sagesse. Il est important de comprendre cet aspect particulier de la philosophie stoïcienne ainsi que son fonctionnement dont nous avons déjà pu avoir un aperçu à travers notre exposé précédent. Comme nous l'avons démontré, la lecture et l'écriture sont des opérateurs de transformation de la théorie en pratique, de la vérité en ἦθος : elles sont ce qui fait de la philosophie stoïcienne une manière de vivre. Mais quelle est cette manière de vivre ? Qu'implique-t-elle ? Comment fonctionne-t-elle ? Pour tenter de répondre à ces questions, commençons par regarder cet extrait d'Épictète :

Quelqu'un lui [Épictète] demandait conseil sur la manière de persuader son frère de ne plus être fâché contre lui. « *La philosophie, répondit-il, ne promet pas de procurer à l'homme une chose extérieure ; autrement elle se chargerait d'une tâche étrangère à sa matière propre. De même que la matière du menuisier est le bois et celle du sculpteur le bronze, de même la matière de l'art de vivre est la vie de chacun en particulier.* (Οὐκ ἐπαγγέλεται, ἔφη, φιλοσοφία τῶν ἐκτός τι περιποιήσειν τῷ ἀνθρώπῳ· εἰ δὲ μὴ, ἔξω τι τῆς ἰδίας ὕλης ἀναδέξεται. Ὡς γὰρ τέκτονος ὕλη τὰ ξύλα, ἀνδριαντοποιοῦ ὁ χαλγός, οὕτως τῆς περὶ βίον τέχνης ὕλη ὁ βίος αὐτοῦ ἐκάστου.) – Et qu'en est-il pour la vie de mon frère ? – Précisément, elle est la matière de son art à lui ; par rapport au tien, elle fait partie des choses extérieures, comme en fait partie un champ, comme la santé, comme la réputation. En ce domaine, la philosophie ne promet rien. “En toute circonstance, <annonce-t-elle,> je garderai le principe directeur de l'âme en accord avec la nature.” – Le principe directeur de qui ? – “De celui en qui je réside<sup>59</sup>.” – Comment faire alors pour que mon frère ne soit pas en colère contre moi ? – “Amène-le-moi et je le lui dirai ; mais je n'ai rien à te dire à toi de sa colère à lui”. »<sup>60</sup>

---

<sup>59</sup> C'est la philosophie qui parle.

<sup>60</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 15, 1-5 (nous soulignons).



Une phrase de cet extrait mérite que l'on s'y attarde plus particulièrement parce qu'elle contient tous les éléments qui permettent de comprendre la conception particulière de la philosophie comme manière de vivre : « La matière de l'art de vivre est la vie de chacun en particulier. » Par « art de vivre », Épictète entend en réalité la philosophie. Pour bien comprendre cette définition, attardons-nous successivement sur deux termes pour examiner ce à quoi ils se rapportent : ὕλη (matière) et τέχνη (art).

Dans son épitomé sur l'éthique stoïcienne conservée par Stobée, le doxographe Arius Didyme rapporte que les stoïciens considèrent l'excellence, la vertu humaine, l'ἀρετή, comme « l'art qui concerne la vie entière » (περὶ ὅλον οὔσαν τὸν βίον τέχνην)<sup>61</sup>. Pour les stoïciens, en effet, l'ἀρετή est un état mental, une disposition de l'esprit<sup>62</sup>. Le géographe Strabon, lui-même stoïcien et disciple de Posidonius, caractérise la géographie et la philosophie comme « des arts qui concernent la vie et le bonheur » (τῆς περὶ τὸν βίον τέχνης καὶ εὐδαιμονίας)<sup>63</sup>.

Nous constatons donc que l'art de vivre, d'une part, est identifié à l'état mental, à la disposition d'esprit intérieure de l'ἀρετή et, d'autre part, concerne le βίος de chacun, lui-même caractérisé comme quelque chose d'intérieur ou, du moins, qui appartient en propre à chacun<sup>64</sup>. Il concerne également le bien-être, le bonheur (εὐδαιμονία) de chacun. En ce sens, l'art de vivre peut être qualifié de « réfléchi », ce qui fait écho au principe socratique fondateur de la philosophie antique selon lequel il faut se connaître soi-même (γνῶθι σεαυτόν), il faut prendre soin de soi-même (ἐπιμελεῖσθαι ἑαυτοῦ)<sup>65</sup>.

Ainsi, « être la matière de quelque chose » signifie être à la fois son contenu et sa fin. Si la vie de chacun est la matière de la philosophie, cela implique que chacun doit travailler sur lui-même, sur son expérience, son vécu dans une optique de façonnage, de transformation. Cette matière est donc quelque chose qui n'est pas extérieur à l'individu<sup>66</sup>. La manière de vivre de chacun est en effet ce qu'Épictète définit ailleurs comme ce qui est en notre pouvoir, ce qui

---

<sup>61</sup> ARIUS DIDYME, *Epitome Ethica* (in Stobaeus), II, 7, 5b10.

<sup>62</sup> Voir par exemple DIOGÈNE LAËRCE, *Vitae Philosophorum*, VII, 89 ; SEXTUS EMPIRICUS, *Adversus Mathematicos*, XI, 23 ; ARIUS DIDYME, *Epitome Ethica* (in Stoabeus), II, 7, 5b1.

<sup>63</sup> STRABON, *Geographica*, I, 1, 1.

<sup>64</sup> SELLARS J., *The Art of Living. The Stoics on the Nature and Function of Philosophy*, Bristol, 2009<sup>2</sup> [2003], p. 56.

<sup>65</sup> Pour de plus amples informations au sujet des origines socratiques de l'art de vivre, voir HADOT (2002), p. 101-141 et SELLARS (2009), p. 33-54.

<sup>66</sup> SELLARS (2009), p. 57.

dépend de nous (ἐφ' ἡμῶν) et comme un des quelques objets desquels nous devons nous préoccuper<sup>67</sup>.

Passons au terme τέχνη. Selon Olympiodore, Zénon définit l'art comme un « système de conceptions unifiées par leur pratique en vue d'un but utile dans la vie ».<sup>68</sup> Par « système de conceptions » (σύστημα ἐκ καταλήψεων), il faut comprendre un corps systématique de connaissances fait de conceptions qui proviennent de représentations adéquates (φαντασία καταληπτική). Ces conceptions peuvent être comprises comme des cas fiables de connaissance empirique. Ce système est « unifié par la pratique » (συγγεγυνασμένων). Cela signifie que les conceptions qui le forment se rassemblent en un véritable corps de connaissances dans la pratique, dans l'exercice de ces conceptions. Ce corps systématique de connaissances est « dirigé vers un but utile, un bon but » (πρός τι τέλος εὐχρηστο) et ce but se trouve « dans la vie » (τῶν ἐν τῷ βίῳ), ce qui souligne la nature pratique d'un art.

Ainsi donc, un art est un corps systématique de connaissances, de doctrines, basé sur des principes empiriques mais qui requiert une certaine pratique, un certain entraînement, visant un but concret<sup>69</sup>. En ce sens, l'art de vivre (ἡ τέχνη τοῦ βίου) est à la fois discours (λόγος) et pratique, entraînement, discipline (ἄσκησις)<sup>70</sup>.

Dans deux de ses lettres, Sénèque fait d'ailleurs plusieurs références à l'idée d'une *ars vitae* et questionne le rapport entre λόγος et ἄσκησις en se demandant lequel de la théorie philosophique ou des conseils pratiques suffit à transformer le comportement d'un individu<sup>71</sup>. Il associe la théorie philosophique à des *decreta* (doctrines, principes ou opinions) et les conseils pratiques à des *praecepta* (préceptes, enseignements, instructions, règles, exercices, maximes)<sup>72</sup>. Selon lui, les *praecepta* n'enseignent pas, ils renforcent l'enseignement qui a déjà été reçu<sup>73</sup> et ils constituent une forme d'entraînement pour celui qui a déjà étudié les doctrines

---

<sup>67</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 1.1. Nous reviendrons plus en détail sur la règle de vie fondamentale qui distingue ce qui dépend de nous et de ce qui ne dépend pas de nous, et sur la loi divine qu'elle implique, dans le chapitre « Lecture d'usage et usage de l'écriture » aux pages 67-79.

<sup>68</sup> OLYMPIODORE, *In Platonis Gorgiam Commentaria*, 12, 1 (= LS 42 A) : « Ζήνων δέ φησιν ὅτι 'τέχνη ἐστὶ σύστημα ἐκ καταλήψεων συγγεγυνασμένων πρὸς τι τέλος εὐχρηστον τῶν ἐν τῷ βίῳ'. » On retrouve cette définition également chez LUCIEN, *De Parasito*, 4, chez SEXTUS EMPIRICUS, *Adversus Mathematicos*, II, 10 et chez PS.-GALIEN, *Definitiones Medicae*, XIX, 350.

<sup>69</sup> SELLARS (2009), p. 69.

<sup>70</sup> SELLARS (2009), p. 75-78.

<sup>71</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, 94 ; 95.

<sup>72</sup> HADOT I., *Sénèque. Direction spirituelle et pratique de la philosophie*, Paris, Vrin, 2014, p. 25 et SELLARS (2009), p. 77-78

<sup>73</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 25 : « Non docet admonitio sed advertit, sed excitata, sed memoriam continet nec patitur elabi. »

philosophiques<sup>74</sup>. Les préceptes, c'est-à-dire l'ἄσκησις, viennent compléter, prolonger, couronner, parfaire les doctrines, c'est-à-dire le λόγος.

Dans le processus philosophique de transformation du comportement d'un individu, les préceptes seuls ne sont pas suffisants. Selon Sénèque, la philosophie est à la fois théorique et pratique (*contemplativa et activa*) ; elle implique à la fois des doctrines (*decreta*) et des préceptes (*praecepta*)<sup>75</sup>. Pour illustrer cette interdépendance, Sénèque utilise des analogies : il compare les doctrines à des branches ou à des racines d'un arbre dont les préceptes sont les feuilles<sup>76</sup>, ou encore au cœur d'un être humain dont les préceptes sont comme les actions des membres<sup>77</sup>. On constate que les préceptes servent à assimiler et à traduire en actes les doctrines : ils constituent l' « expression extérieure et visible des doctrines<sup>78</sup> », sans lesquels les doctrines demeureraient sans intérêt ni effet.

Pour encore mieux comprendre la façon dont s'articulent λόγος et ἄσκησις, il faut se tourner vers la distinction que proposaient les stoïciens entre le discours sur la philosophie et la philosophie elle-même. Selon eux, les parties de la philosophie, à savoir l'éthique, la logique et la physique, sont en fait des parties non pas de la philosophie elle-même, mais du discours philosophique<sup>79</sup>. Cette division tripartite, imposée par les exigences du discours et de l'enseignement, permet de développer toute une série de savoirs théoriques dont l'acquisition et l'application constituent l'acte philosophique<sup>80</sup>. La philosophie n'est pas le discours sur la philosophie, mais la mise en œuvre de ce discours :

*Le charpentier ne vient pas nous dire : « Écoutez-moi discourir sur l'art des charpentiers », mais après avoir loué ses services pour la construction d'une maison, il la construit, et montre ainsi qu'il possède l'art en question. (Ὅκ ἔργεται ὁ τέκτων καὶ λέγει ἄκουσάτέ μου διαλογομένου*

---

<sup>74</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 32.

<sup>75</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 95, 10. Nous reviendrons sur cette distinction dans le chapitre consacré à Sénèque intitulé « Sénèque : la direction spirituelle des *Lettres à Lucilius* » aux pages 119-137.

<sup>76</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 95, 59

<sup>77</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 95, 64.

<sup>78</sup> SELLARS (2009), p. 78.

<sup>79</sup> DIOGÈNE LAËRCE, VII, 39-40 : « Ils (les stoïciens) disent que le discours philosophique comporte trois parties, l'un étant la physique, l'autre l'éthique et l'autre la logique. Ils comparent la philosophie à un être vivant, apparentant la logique aux os et aux nerfs, l'éthique aux parties plus en chair, et la physique à l'âme. Ils la comparent également à un œuf : la logique est la coquille, l'éthique est ce qui vient ensuite, et la physique est la partie intérieure ; ou à un terrain fertile : les délimitations correspondent à la logique, ses fruits à l'éthique, et son sol ou ses arbres à la physique ; ou à une cité qui est bien fortifiée et gouvernée selon la raison. Nous remarquons que dans chaque cas, la physique est en quelque sorte la partie fondamentale, la logique procure force et protection, tandis que l'éthique est la partie la plus large ou la plus visible. » Pour de plus amples informations au sujet de la distinction entre philosophie et discours philosophique et de la division tripartite de la philosophie, voir HADOT P., « Philosophie, Discours philosophique, et Divisions de la Philosophie chez les Stoïciens », *Revue internationale de Philosophie* 45 (1991), p. 205-19 ; GOURINAT J.-B., *La dialectique des Stoïciens*, Paris, Vrin, 2000 (Histoire des Doctrines de l'Antiquité Classique, 22), p. 19-34.

<sup>80</sup> HADOT (2002), p. 292-293 et SELLARS (2009), p. 78-81.

περὶ τῶν τεκτονικῶν', ἀλλ' ἐμισθωσάμενος οἰκίαν ταύτην κατασκευάσας δείκνυσιν ὅτι ἔχει τὴν τέχνην.) À ton tour, fais-en autant : mange comme un homme, bois comme un homme, pare-toi, marie-toi, aie des enfants, participe à la vie de la cité ; endure patiemment les injures, supporte un frère ingrat, supporte un père, un fils, un voisin, un compagnon de voyage.<sup>81</sup>

Dans cet extrait d'Épictète, l'analogie avec l'art de construire rend claire la distinction entre philosophie et discours philosophique : de même que le charpentier ne discute pas de la construction mais construit, de même le philosophe ne s'engage pas seulement dans le discours sur la sagesse mais aussi et surtout s'efforce d'être sage. Il faut donc bien distinguer le plan théorique du plan pratique : le discours philosophique qui s'apparente à une théorie divisée en trois parties constitue une démarche de connaissance nécessaire et préalable à la philosophie elle-même qui est un acte unique à travers lequel on vit la logique, la physique et l'éthique<sup>82</sup>. Une telle distinction induit une primauté de la pratique sur la théorie, de la philosophie sur la doctrine philosophique, la première étant au service de la seconde.

Dans le stoïcisme, la philosophie apparaît comme un exercice de la pensée, de la volonté, de tout l'être pour essayer de parvenir à un état de sagesse à travers la tranquillité d'âme, la liberté intérieure et la conscience cosmique. Examinons brièvement ces trois attitudes. Philosopher permet d'abord de guérir l'angoisse :

*Impassibilité à l'égard des événements qui résultent de la cause extérieure ; justice dans les œuvres dont la cause provient de toi, c'est-à-dire impulsions et actions qui se bornent exactement à se régler sur le bien social, parce que cela est pour toi conforme à la nature* (Ἀταραξία μὲν περὶ τὰ ἀπὸ τῆς ἐκτὸς αἰτίας συμβαίνοντα, δικαιοσύνη δὲ ἐν τοῖς παρὰ τὴν ἐκ σοῦ αἰτίαν ἐνεργουμένοις· τουτέστιν, ὁρμὴ καὶ πρᾶξις καταλήγουσα ἐπ' αὐτὸ τὸ κοινωρικῶς πρᾶξαιώς τοῦτό σοι κατὰ φύσιν ὄν).<sup>83</sup>

La tranquillité de l'âme consiste en une orientation de l'attention vers la « pureté d'intention »<sup>84</sup>. Le philosophe stoïcien doit accorder sa volonté personnelle à celle de la Nature universelle. Nous avons vu quel rôle jouent les exercices spirituels dans la réalisation de cette attention.

La philosophie est aussi une méthode pour atteindre l'indépendance, la liberté intérieure. Il s'agit de parvenir à un état dans lequel le moi ne dépend que de lui-même :

---

<sup>81</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 21, 4-5 (nous soulignons).

<sup>82</sup> BÉNATOUIL (2009), p. 133 : « L'objectif ultime de la philosophie est ainsi l'insertion consciente dans le monde, sa compréhension, à savoir une opération indissociablement éthique, logique et physique qui est propre à l'homme et constitue l'objectif commun des différentes techniques d'usage des représentations (qu'elles soient sensibles ou, comme les notions, abstraites), dont on a vu qu'elles relevaient également des trois parties de la philosophie. »

<sup>83</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IX, 31 (nous soulignons).

<sup>84</sup> HADOT (2002), p. 294.

De même que Zeus vit en compagnie de lui-même, se repose en lui-même, réfléchit à la nature de son gouvernement et nourrit des pensées dignes de lui, *de même nous devons nous aussi être capables de nous entretenir avec nous-mêmes, de nous passer des autres et de ne pas être dans l'embarras sur la manière d'occuper notre temps* (οὕτως καὶ ἡμᾶς δύνασθαι αὐτοῦς ἑαυτοῖς λαλεῖν, μὴ προσδεῖσθαι ἄλλων, διαγωγῆς μὴ ἀπορεῖν) ; nous devons pouvoir arrêter notre pensée sur le gouvernement divin et sur le rapport que nous entretenons avec les autres choses ; examiner la manière dont nous nous comportons auparavant envers les événements, comparée à celle d'aujourd'hui ; voir quelles sont les choses qui continuent à nous accabler, comment on peut remédier à cela aussi, comment on peut les éliminer ; et si certaines de ces tâches ont encore besoin d'être menées à terme, le faire conformément à la règle qui les régit.<sup>85</sup>

Le philosophe stoïcien doit prendre conscience du pouvoir que possède le moi humain de s'affranchir de tout ce qui lui est étranger.

S'ajoute à ces deux attitudes la conscience cosmique, c'est-à-dire la conscience de faire partie du cosmos et de se mettre en harmonie avec ce cosmos :

L'âme humaine parcourt le cosmos tout entier et le vide qui l'entoure, et elle s'étend dans l'infinité du temps infini, et elle embrasse et pense la renaissance périodique de l'univers. (Ἐτι δὲ περιέρχεται τὸν ὅλον κόσμον καὶ τὸ περὶ αὐτὸν κενὸν καὶ τὸ σχῆμα αὐτοῦ καὶ εἰς τὴν ἀπειρίαν τοῦ αἰῶνος ἐκτείνεται καὶ τὴν περιοδικὴν παλιγγενεσίαν τῶν ὅλων ἐμπεριλαμβάνει.)<sup>86</sup>

Cette conscience cosmique peut se définir comme une « expérience vécue du sujet concret, vivant et percevant<sup>87</sup> », celle de la prise de conscience de la place de l'existence individuelle dans le grand courant du cosmos. Le philosophe stoïcien pense et agit constamment dans une perspective universelle parce qu'il entretient le sentiment d'appartenir à un Tout qui déborde les limites de l'individualité.

Ces trois dispositions fondamentales – tranquillité de l'âme, liberté intérieure et conscience cosmique – sont ce qui fait de la philosophie, de la sagesse un mode de vie<sup>88</sup>. Elles s'acquièrent et s'entretiennent grâce à l'attitude fondamentale de l'attention (ἡ προσοχή) et la pratique des exercices spirituels telle que nous l'avons définie ci-dessus. Nous reviendrons plus en détail sur la façon dont les exercices spirituels, et plus particulièrement la lecture et l'écriture, engendrent et alimentent ces dispositions fondamentales dans le chapitre consacré à l'usage<sup>89</sup>.

Au cours de ce chapitre, nous avons tenté de démontrer la fonction propédeutique des livres, ou plus précisément, de la lecture et de l'écriture. Pour ce faire, nous avons placé ces activités dans le cadre des « exercices spirituels », de l' « entraînement de soi par soi », de

---

<sup>85</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 13, 7-8 (nous soulignons).

<sup>86</sup> Marc Aurèle, *Pensées*, XI, 1.

<sup>87</sup> Hadot (2002), p. 302.

<sup>88</sup> Hadot (2002), p. 291.

<sup>89</sup> Voir le chapitre intitulé « Lecture d'usage et usage de l'écriture » aux pages 67-79.

l'« ἄσκησις » stoïcienne, destinés à opérer sur celui qui les pratique une transformation globale, une conversion radicale, qui bouleversent toute sa vie, qui changent tout son être. Pour les stoïciens, en effet, philosopher, c'est s'exercer à vivre, c'est-à-dire vivre consciemment et librement, en dépassant les limites de l'individualité pour se reconnaître partie d'un cosmos ; librement, en renonçant à désirer ce qui ne dépend pas de nous et qui nous échappe, pour ne s'attacher qu'à ce qui dépend de nous<sup>90</sup>. Ce mode de vie, qui s'apparente à une quête de la sagesse, s'adopte à travers une technique de vie intérieure réglée par la pratique des exercices spirituels.

La lecture et l'écriture jouent un rôle essentiel dans ce processus de transformation intérieure de la manière d'être et de vivre. La lecture, base de tout l'édifice théorique et spéculatif stoïcien, constitue la source, la matière première à partir de laquelle le philosophe s'alimente en réflexions, principes et exemples destinés à être assimilés et puis appliqués. L'assimilation du contenu des lectures se fait au moyen de l'écriture. Le philosophe consigne par écrit toutes les idées forces glanées au fil des lectures sous la forme d'un trésor de formules et d'aphorismes qui constituent non pas un souvenir, mais une trace vive. Le fait d'écrire permet en fait d'inscrire dans l'âme elle-même ces discours qui deviennent un savoir gardé à portée de main. Ainsi, la lecture et l'écriture ont une finalité éthique. Elles sont une « préparation à la vie » : elles apprennent à vivre de manière philosophique en opérant la métamorphose demandée par la philosophie qui s'apparente à un véritable exercice de vie.

---

<sup>90</sup> HADOT (2002), p. 33.

## CHAPITRE II : Comparaison : thème et procédé stylistique

Regardons maintenant la deuxième partie de l'extrait d'Épictète dont nous nous sommes servie pour introduire notre exposé théorique.

C'est comme si l'athlète se mettait à pleurer en entrant dans le stade parce qu'il ne fait pas ses exercices hors du stade. C'est pour le stade que tu t'exerçais, c'était la raison des haltères, de la poussière, des jeunes gens avec qui tu t'entraînais. Et c'est cela que tu demandes maintenant, quand est venu le moment de l'action ? C'est comme si, dans le thème de l'assentiment, quand se présentent des représentations dont les unes sont « compréhensives » et les autres non, nous voulions, non pas opérer la distinction entre elles, mais lire un traité *Sur la compréhension*.<sup>1</sup>

Pour illustrer la fin que doit revêtir la pratique de la lecture et de l'écriture, Épictète a recours à un procédé stylistique particulier : la comparaison. Dans cet extrait, il met en parallèle l'utilisation de la lecture et de l'écriture comme propédeutiques à la vie philosophique et l'entraînement d'un athlète pour une compétition. Le parallélisme revient de manière récurrente dans les *Entretiens* pour expliquer les différents aspects de la conception stoïcienne de la philosophie.

Dans ce chapitre, nous creuserons d'abord cette image de l'athlète en passant en revue les comparaisons et parallélismes qu'elle met en jeu. Nous verrons ensuite comment Sénèque explique lui aussi l'utilisation de la lecture et de l'écriture comme propédeutiques à la vie en recourant à une autre image : l'alimentation. Selon lui, en effet, la lecture est « l'aliment de l'esprit » que l'écriture permet de digérer et d'assimiler. Comme l'image de l'athlète dans les *Entretiens*, cette métaphore fréquemment utilisée dans les *Lettres à Lucilius* permet également de rendre claire la conception stoïcienne de la philosophie. Nous confronterons enfin ces deux comparaisons pour montrer leurs liens et faire ressortir leurs spécificités.

Après nous être attardée sur ces comparaisons en tant que contenu, nous nous y intéresserons en tant que procédé stylistique. Nous verrons qu'elles revêtent la fonction d'agent systématisant du discours philosophique, qu'il soit reçu, c'est-à-dire lu ou entendu, ou produit, c'est-à-dire écrit. En effet, la comparaison d'une part présente un intérêt didactique et persuasif dans le processus d'enseignement et d'apprentissage philosophique, et d'autre part occupe une place de premier ordre dans le processus des exercices spirituels tel que nous l'avons défini

---

<sup>1</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 11-13 (nous soulignons).

dans le chapitre précédent. L'étude de ce procédé stylistique sera également l'occasion d'envisager le « discours philosophique » en tant qu'exercice spirituel.

### ***L'image de l'athlète***

Dans ses *Entretiens*, Épictète utilise l'image de l'athlète en la mettant dans un rapport comparatif, analogique et même métaphorique avec la façon dont le philosophe doit pratiquer la philosophie à travers les exercices spirituels. Nous en recensons au total quatorze occurrences<sup>2</sup>. Elle sert tantôt à mettre en évidence l'importance du fait de s'exercer perpétuellement<sup>3</sup>, tantôt à montrer que la fin de cet entraînement quotidien est de provoquer une transformation qui fait être et agir différemment, qui fait vivre différemment<sup>4</sup>, tantôt encore, comme dans l'extrait ci-dessus, à indiquer qu'il faut toujours avoir les yeux rivés sur son objectif de vie et agir en conséquence de et en vue de celui-ci<sup>5</sup>, ou tantôt enfin à présenter les difficultés comme des opportunités d'apprentissage et de progrès<sup>6</sup>. L'examen successif de ces quatre thèmes nous permettra de mesurer tous les enjeux de la comparaison.

#### ***Que la pratique de la philosophie est une pratique perpétuelle***

L'image de l'athlète permet à Épictète d'insister sur l'importance de faire de la philosophie un exercice quotidien, une pratique de tous les instants. En tant qu'art de vivre, nous l'avons vu dans le chapitre précédent, il convient en effet de la pratiquer de manière continue, permanente et imperturbable, inébranlable, de la même façon qu'un athlète pratique son sport de manière quotidienne, régulière et disciplinée, assurée :

*Donnez-moi un jeune homme venu à l'école avec cette intention, qui est devenu un athlète dans cet exercice (Δότε μοι ἕνα νέον κατὰ ταύτην τὴν ἐπιβολὴν ἐληλυθότα εἰς σχολήν, τούτου τοῦ πράγματος ἀθλητὴν γενόμενον), et qui dise : « Quant à moi, je donne congé à tout le reste, il me suffit de pouvoir vivre sans entraves, sans chagrin, de pouvoir affronter les événements la tête haute comme un homme libre et lever les yeux vers le ciel comme un ami de dieu, sans rien craindre de ce qui peut arriver. » Que l'un de vous me montre un tel homme, pour que je lui dise : « Va vers ce qui t'appartient, jeune homme ; car ton destin est d'être l'ornement de la philosophie ; ces biens sont les tiens, à toi ces livres, à toi ces discussions. » Ensuite, quand il aura bien travaillé ce domaine et qu'il y aura remporté la victoire (Εἶθ', ὅταν τοιοῦτον ἐκπονήσῃ καὶ καταθλήσῃ τὸν τόπον), qu'il revienne me voir et me dise : « Je veux être sans*

---

<sup>2</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 2, 25-29 ; I, 4, 13-14 ; I, 4, 20 ; I, 24, 1-3 ; I, 29, 34-35 ; II, 17, 29-33 ; II, 18, 26-27 ; III, 12, 16 ; III, 15, 1-7 ; III, 21, 3 ; III, 23, 1-3 ; IV, 4, 11-13 ; IV, 4, 29-32 ; IV, 6, 15-17.

<sup>3</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 20 ; II, 17, 29-33.

<sup>4</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 13-14 ; II, 18, 26-27 ; III, 21, 3 ; IV, 4, 11-13.

<sup>5</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 2, 25-29 ; III, 12, 16 ; III, 15, 1-7 ; III, 23, 1-3 ; IV, 6, 15-17.

<sup>6</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 24, 1-3 ; I, 29, 34-35 ; IV, 4, 29-32.



passion et sans trouble, oui, mais je veux aussi, en homme pieux, en philosophe, en homme soucieux de bien faire, connaître mes devoirs envers les dieux, envers mes parents, envers mes frères, envers ma patrie, envers les étrangers. » Eh bien, passe à présent au deuxième domaine, il t'appartient lui aussi. « *Mais je me suis déjà exercé à ce deuxième domaine. Ce que je voulais, c'est de le pratiquer de façon sûre, inébranlable, et ce non seulement quand je suis éveillé mais aussi quand je dors, quand je suis un peu ivre, quand je suis d'humeur mélancolique.* » ('Ἄλλ' ἤδη καὶ τὸν δεύτερον τόπον ἐμεμελέτηκα. Ἦθελον δ' ἀσφαλῶς καὶ ἀσειστῶς καὶ οὐ μόνον ἐγρηγορῶς, ἀλλὰ καὶ καθεύδων καὶ οἰνωμένος καὶ ἐν μελαγχολίᾳ.) Tu es un dieu, ô homme, tu nourris de grands desseins !<sup>7</sup>

Pour signifier que le jeune homme s'exerce quotidiennement dans le domaine des désirs et des aversions<sup>8</sup>, Épictète utilise une métaphore en disant que celui-ci est « devenu athlète dans cet exercice ». Ainsi, un philosophe doit s'exercer dans les trois domaines de la philosophie à la même fréquence qu'un athlète s'entraîne pour sa discipline : tous les jours. Notons, par ailleurs, que, dans cet extrait, Épictète file la métaphore en parlant de « remporter la victoire » pour désigner le fait de maîtriser le domaine des désirs et des aversions. La maîtrise des trois domaines de la philosophie pour un philosophe est semblable à la victoire pour un athlète : il s'agit d'un objectif à atteindre. Nous reviendrons plus en détail sur cette métaphore de la victoire dans le thème intitulé « Que la philosophie est un objectif de vie ».

### ***Que la pratique de la philosophie doit produire une transformation***

À travers l'image de l'athlète, Épictète met en avant l'effet que doit produire la philosophie sur celui qui la pratique quotidiennement. Elle doit, en effet, opérer une transformation de sa manière d'être, de la même façon que l'entraînement modifie le corps de l'athlète :

Au contraire, après avoir digéré les principes, montre-nous qu'il en résulte un changement dans ton principe directeur, tout comme les athlètes montrent que leurs épaules ont changé à la suite des exercices qu'ils ont pratiqués et de la nourriture qu'ils ont absorbée. (Ἄλλ' ἀπ' αὐτῶν ἀναδοθέντων δεῖξόν τινα ἡμῖν μεταβολὴν τοῦ ἡγεμονικοῦ τοῦ σεαυτοῦ, ὡς οἱ ἀθληταὶ τοὺς ὤμους, ἀφ' ὧν ἐγυνάσθησαν καὶ ἔφαγον.)<sup>9</sup>

La pratique quotidienne des exercices spirituels développe le philosophe, son âme, modifie son climat intérieur, transforme sa vision du monde et finalement tout son être<sup>10</sup>, de la même façon que la pratique quotidienne des exercices physiques procure à l'athlète, à son

---

<sup>7</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 17, 29-33 (nous soulignons).

<sup>8</sup> Les trois domaines dans lesquels le philosophe doit s'exercer sont : les désirs et les aversions, les propensions et les rejets ainsi que les jugements ou l'assentiment. Nous reviendrons plus en détail sur chacun de ces domaines dans le chapitre intitulé « Usage de la lecture et écriture d'usage » aux pages 67-79.

<sup>9</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 21, 3 (nous soulignons).

<sup>10</sup> HADOT (2002), p. 61.

corps, forme et force. Par ailleurs, ce parallélisme est l'occasion pour Épictète de mettre le philosophe en garde contre le fait de confondre exercice et effet de l'exercice :

À toi donc à présent de me montrer tes progrès. Mettons que je demande à un athlète : « Montre-moi tes épaules », et qu'il me réponde : « Vois mes haltères ! » Toi et tes haltères, arrangez-vous ; moi ce que je veux voir, c'est l'effet des haltères. (Σὺ οὖν ἐνταῦθά μοι δεῖξόν σου τὴν προκοπὴν. Καθάπερ εἰ ἀθλητῆ διελεγόμεν ἑδεῖξόν μοι τοὺς ὄμους', εἶτα ἔλεγεν ἐκεῖνος ἴδε μου τοὺς ἀλτήρας.' Ὅψει σὺ καὶ οἱ ἀλτήρες, ἐγὼ τὸ ἀποτέλεσμα τῶν ἀλτήρων ἰδεῖν βούλομαι.) « Prends ce traité De la Propension, et vois comment je l'ai lu. » Esclave, ce n'est pas cela que je demande, mais comment tu te comportes dans tes propensions et tes rejets, dans tes désirs et tes aversions, dans tes intentions, projets et préparatifs : es-tu en tout cela en harmonie avec la nature ou en désaccord avec elle ?<sup>11</sup>

La confusion entre l'exercice et son effet est expliquée à travers une comparaison avec un athlète qui montre ses haltères lorsqu'on lui demande de montrer ses épaules. Du point de vue de la philosophie, les haltères sont les livres, et les épaules sont l'esprit, le principe directeur du philosophe. Ainsi, les livres ne sont pas une fin en soi, mais un moyen de s'exercer pour parvenir à la maîtrise des trois domaines de la philosophie, de même que les haltères ne sont pas une fin en soi, mais un moyen de s'entraîner pour parvenir à remporter la victoire. Épictète dénonce le travers de rester au niveau théorique de la philosophie, celui des exercices spirituels, et de nier sa nature d'art de vivre qui consiste à mettre en pratique ce qui a été appris et travaillé à travers ces exercices, pour agir, pour vivre.

### ***Que la philosophie est un objectif de vie***

Nous avons vu d'une part, à travers le premier thème, que l'objectif de la philosophie est de parvenir à la maîtrise de ses trois domaines, et d'autre part, à travers le deuxième thème, que les exercices spirituels et la transformation intérieure qu'ils produisent ne constituent pas une fin en soi, mais un moyen d'atteindre cet objectif. En effet, si la philosophie transforme la manière d'être, c'est en réalité pour transformer la manière de vivre. La maîtrise des trois domaines ne relève pas de la théorie, mais de la pratique : il faut que le philosophe oriente toutes ses actions en vue de cet objectif. Épictète explique ceci à l'aide de l'image de l'athlète qui choisit sa discipline et conforme tout son entraînement et toute sa vie à celle-ci :

*Commence par te dire toi-même qui tu veux être ; ensuite, agis en te conformant à ce modèle. (Τίς εἶναι θέλεις, σαυτῷ πρώτον εἰπέ· εἶθ' οὕτως ποιεῖ ἅ ποιεῖς.)* Dans presque tous les autres domaines, en effet, nous voyons que cela se passe ainsi. *Les athlètes décident d'abord ce qu'ils veulent être et ils agissent ensuite en conséquence. Si l'on vise la course de fond, ce sera telle nourriture, tel parcours, tel massage, tel exercice ; si c'est la course du stade, toute la*

---

<sup>11</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 13-14 (nous soulignons).

*préparation sera différente, et plus encore si c'est le pentathlon.* (Οἱ ἀθλοῦντες πρῶτον κρίνουσιν, τίνες εἶναι θέλουσιν, εἶθ' οὕτως τὰ ἐξῆς ποιοῦσιν. Εἰ δολιχοδρόμος, τοιαύτη τροφή, τοιοῦτος περίπατος, τοιαύτη τρῖψις, τοιαύτη γυμνασία· εἰ σταδιοδρόμος, πάντα ταῦτα ἀλλοῖα· εἰ πένταθλος, ἔτι ἀλλοιότερα.) [...] Car pour chacune des actions, si nous ne la rapportons pas à une fin, nous agissons au hasard ; et si nous la rapportons à une fin inappropriée, nous agissons de travers.<sup>12</sup>

Le choix de discipline opéré par l'athlète oriente chaque aspect de son entraînement et toute sa pratique sportive en vue de la maîtrise et de la mise en pratique de cette discipline. Par ailleurs, le fait d'agir conformément à ce choix garantit la qualité et l'effectivité de l'entraînement. En effet, s'entraîner sans objectif revient à s'entraîner dans le vide, et se fixer un mauvais objectif revient à mal s'entraîner. La discipline choisie par le philosophe est la philosophie dont le but consiste en la maîtrise de ses trois domaines. Cela signifie que cette dernière doit orienter toute la pratique des exercices spirituels et toute la vie du philosophe. Prenons pour exemple le premier thème, celui des désirs et des aversions. Pour maîtriser ce thème, le philosophe doit lire des livres à son sujet et s'y exercer pour appliquer ce qu'il a appris dans ses actions, dans sa vie.

L'objectif ultime du philosophe est de passer à l'action en mettant en pratique ce qu'il a appris et ce à quoi il s'est exercé en vue de la maîtrise de chacun des trois domaines, de la même façon que l'objectif ultime de l'athlète est de remporter la victoire en mettant en œuvre ce qu'il a appris et ce à quoi il s'est entraîné en vue de maîtriser sa discipline. Dans les deux cas, il s'agit d'une lourde entreprise de laquelle on risque de se décourager si on ne mesure pas au préalable ses implications. C'est pourquoi Épictète insiste sur l'importance de prendre conscience de ce qu'un choix de vie exige en envisageant ses tenants et aboutissants. Pour expliquer cela, il prend l'exemple d'un athlète qui souhaite vaincre aux Jeux Olympiques :

*Pour chacun de tes actes, examine les antécédents et les conséquences, et alors passe à l'action. Sinon tu seras plein d'ardeur au début parce que tu n'auras pas du tout réfléchi à la suite, puis quand telle ou telle conséquence apparaîtra, tu abandonneras honteusement. « Je veux être vainqueur aux Jeux Olympiques. » Soit, mais examine les antécédents et les conséquences.* (Ἐκάστου ἔργου σκόπει τὰ καθηγούμενα καὶ τὰ ἀκόλουθα καὶ οὕτως ἔρχου ἐπ' αὐτό. Εἰ δὲ μή, τὴν μὲν πρώτην ἤξεις προθύμως ἄτε μηδὲν τῶν ἐξῆς ἐντεθυμημένος, ὕστερον δ' ἀναφανέντων τινῶν αἰσχρῶς ἀποστήσῃ. 'Θέλω Ὀλύμπια νικῆσαι.' Ἀλλὰ σκόπει τὰ καθηγούμενα αὐτοῦ καὶ τὰ ἀκόλουθα.) Si tu dois en retirer quelque avantage, attelle-toi à la tâche. Il faut que tu t'astreignes à une discipline, adoptes un régime, t'abstiennes de friandises ; que tu t'exerces bon gré mal gré, à heure fixe, dans la chaleur ardente comme dans le froid, que tu ne boives pas froid, que tu ne prennes pas de vin n'importe quand ; pour le dire en un mot, que tu te remettes entre les mains de ton entraîneur comme tu te confieras à un médecin.

---

<sup>12</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 23, 1-3 (nous soulignons).

Ensuite, dans le combat, il te faut creuser la terre, et tu ne pourras éviter quelquefois de te démettre la main, de te tordre la cheville, d'avalier force poussière, d'être fouetté ; et après tous ces désagréments, tu dois encore parfois subir une défaite. Si après avoir réfléchi à tout cela tu persistes à vouloir concourir, va combattre ; sinon note bien que tu te conduis avec la même inconstance que les enfants : ils jouent tantôt aux athlètes, tantôt aux gladiateurs, tantôt ils sonnent de la trompette ; ensuite ils font du théâtre en reproduisant tout ce qu'ils ont vu et qui les a frappés. De la même manière, tu es tantôt athlète et tantôt gladiateur, ensuite philosophe, puis rhéteur, mais tu n'es rien de toute ton âme : comme un singe, tu imites tout ce que tu vois, et toujours te plaît une chose après une autre : une activité devenue habituelle ne te satisfait pas. C'est que tu t'es engagé dans ton projet, sans l'avoir éprouvé, mais au hasard et avec tiédeur (Οὐ γὰρ μετὰ σκέψεως ἤλθες ἐπὶ τι οὐδὲ περιοδεύσας ὅλον τὸ πρᾶγμα οὐδὲ βασανίσας, ἀλλ' εἰκῆ καὶ κατὰ ψυχρὰν ἐπιθυμίαν).<sup>13</sup>

Cet extrait contient trois idées. D'abord, il faut avoir conscience des implications et des sacrifices que demandera l'objectif que l'on s'est fixé pour ne pas l'abandonner à la moindre complication ou contrariété. Il s'agit en quelque sorte de se livrer à une anticipation des conséquences de son choix. De même que l'athlète qui veut vaincre au Jeux Olympiques devra s'entraîner quotidiennement et se soumettre à un régime alimentaire, le philosophe qui veut maîtriser les trois domaines de la philosophie devra s'exercer quotidiennement. Or, nous avons appris plus haut que l'entraînement du philosophe consiste principalement à lire des livres. Il s'agit donc de se livrer à des lectures quotidiennes et de les adapter à l'objectif de maîtrise des trois domaines.

Ensuite, s'il faut mesurer ce qu'implique la préparation d'un objectif, il faut également avoir conscience de ce que demande sa réalisation, qui ne sera pas toujours complète et réussie. Dans sa quête de la maîtrise des trois domaines, le philosophe rencontrera des difficultés et échouera, de même que l'athlète, dans sa quête de la victoire, se blessera et subira des défaites. Cela vient préciser l'idée de victoire que nous avons évoquée ci-dessus : l'entraînement ne la garantit pas. Certes, elle est l'objectif ultime sur lequel il faut toujours avoir les yeux rivés mais elle ne s'acquiert pas systématiquement ni une fois pour toutes. En ce sens, on peut associer la victoire à la sagesse qui est considérée par les Anciens comme un idéal auquel tend le philosophe en espérant y parvenir non pas de manière stable et définitive mais dans certains moments privilégiés<sup>14</sup>. La sagesse est ainsi la norme transcendante qui dirige l'action, qui dirige la philosophie, cet amour, cet exercice, ce progrès. Dans la métaphore de la victoire, la philosophie correspond à la compétition, au concours.

---

<sup>13</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 15, 1-7 (nous soulignons).

<sup>14</sup> HADOT (2002), p. 63 ; p. 291.

Enfin, la prise de conscience et l'anticipation des implications et des difficultés dans la préparation et la réalisation d'un objectif évitent de se conduire de manière inconstante dans ses choix. Cela est d'autant plus important et nécessaire dans le cas de la philosophie qui consiste en un art de vivre et implique donc un véritable choix de vie. Il s'agit de s'y dévouer entièrement, sans concession ni détour, il s'agit d'être philosophe « de toute son âme », tous les jours, dans toutes ses actions.

### ***Que les difficultés sont des opportunités d'apprentissage et de progrès***

L'image de l'athlète est enfin l'occasion pour Épictète de traiter des difficultés auxquelles nous avons déjà fait allusion en parlant de la victoire. Il est évident que tout philosophe rencontre des obstacles dans sa quête de la sagesse, de la même façon que tout athlète fait face à des difficultés dans la réalisation de ses objectifs sportifs. Selon Épictète, chaque difficulté est une occasion d'apprendre et de progresser :

*Les difficultés sont ce qui relève les hommes. Par suite, quand tu rencontres une difficulté, songe que le dieu, à l'instar d'un maître de gymnase, t'a mis aux prises avec un jeune et rude adversaire. (Αἱ περιστάσεις εἰσὶν αἱ τοὺς ἄνδρας δεικνύουσαι. Λοιπὸν ὅταν ἐμπέσῃ περίστασις, μέμνησο ὅτι ὁ θεὸς σε ὡς ἀλείπτῃς τραχεῖ νεανίσκῳ συμβέβληκεν). – Dans quel but ? demande l'interlocuteur. – Pour que tu sois vainqueur aux Jeux Olympiques ; et on ne le devient pas sans transpirer. Je crois que personne n'a rencontré une difficulté plus favorable que toi, pour peu que tu veuilles t'en servir comme le fait un athlète opposé à un jeune adversaire. (Ἴνα Ὀλυμπιονίκης γένη· δίχα δ'ἰδρωτὸς οὐ γίγνεται. Ἐμοὶ μὲν οὐδεὶς δοκεῖ κρεῖττονα ἐσχηκέναι περίστασιν ἢ σὺ ἐσχηκας, ἂν θέλῃς ὡς ἀθλητῆς νεανίσκῳ χρῆσθαι.)<sup>15</sup>*

Les difficultés rencontrées par le philosophe sont comme les adversaires auxquels se mesure l'athlète : elles le renforcent, le préparent et lui permettent d'accéder à la réussite, à la victoire. Il ne s'agit pas de les subir, mais de s'en servir pour apprendre et progresser. Cependant, comme dans le cas des exercices, il ne faut pas considérer le fait de surmonter chaque difficulté particulière comme une fin en soi. Pour faire cette mise en garde, Épictète a encore une fois recours à l'image de l'athlète :

Car un jeune homme qui, à sa sortie de l'école, rencontre une difficulté est comparable à celui qui s'est exercé à analyser des syllogismes ; si on lui en propose un facile à résoudre, il dit : « Proposez-moi plutôt un raisonnement bien compliqué, pour que je m'entraîne. » *Les athlètes aussi sont mécontents de rencontrer des adversaires jeunes et de poids légers. « Il ne peut me soulever », entend-on. Voici un homme bien doué. Mais non : si l'occasion l'appelle, il se croit obligé de pleurer en disant : « Je voulais encore apprendre. » Apprendre quoi ? Si tu n'as pas appris ce qu'on t'a enseigné de telle manière que tu sois capable de le mettre en pratique, dans quel but l'as-tu appris ? (Καὶ οἱ ἀθληταὶ τοῖς κούφοις νεανίσκοις δυσαραστοῦσιν· οὐ βαστάζει*

<sup>15</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 24, 1-3 (nous soulignons).

με', φησίν. Οὗτός ἐστιν εὐφυῆς νέος. Οὐ· ἀλλὰ καλέσαντος τοῦ καιροῦ κλάειν δεῖ καὶ λέγειν ἤθελον ἔτι μαθάνειν.' Τίνα; Εἰ ταῦτα οὐκ ἔμαθες οὐχ ὥστ' ἔργω δεῖξαι, πρὸς τί αὐτὰ ἔμαθες;)<sup>16</sup>

Certains athlètes se plaignent, lors de leur entraînement, de se mesurer à des adversaires qu'ils jugent trop jeunes et trop légers alors qu'ils se débinent lorsqu'ils se trouvent confrontés à ces derniers lors d'une compétition. En agissant de la sorte, ils oublient que se mesurer à un adversaire n'est pas la fin de l'entraînement, mais celle de la compétition. Il en va de même pour le philosophe qui s'exerce non pas pour résoudre des syllogismes, mais pour résoudre des situations de vie concrètes. Il est vain pour un athlète d'affronter les adversaires les plus redoutables à l'entraînement s'il n'est pas capable de concourir. De même, rien ne sert pour un philosophe d'analyser les syllogismes les plus complexes s'il ne sait pas mettre en pratique ce qu'il a appris.

Par ailleurs, l'analogie entre, d'une part, les exercices spirituels et les difficultés rencontrées par le philosophe et, d'autre part, les exercices physiques et les adversaires de l'athlète amène Épictète à utiliser la métaphore de la lutte pour désigner la vie :

Souviens-toi seulement des principes généraux : « Qu'est-ce qui est à moi, qu'est-ce qui n'est pas à moi ? Qu'est-ce qui m'a été accordé ? Qu'est-ce que le dieu veut que je fasse maintenant, qu'est-ce qu'il ne veut pas que je fasse ? » Il y a quelque temps, il voulait que tu aies du loisir, que tu converses avec toi-même, que tu écrives sur ces questions, fasses des lectures, écoutes, te prépares. Tu avais pour cela un temps suffisant. *Maintenant il te dit : « Entre dans la lutte, montre-nous ce que tu as appris, comment tu t'es entraîné. Jusqu'à quand vas-tu t'exercer dans la solitude ? Le moment est venu pour toi de savoir si tu fais partie des athlètes qui méritent de vaincre ou de ceux qui parcourent le monde en vaincus. »* (Νῦν σοι λέγει ἔλθῃ ἤδη ἐπὶ τὸν ἀγῶνα, δεῖξόν ἡμῖν, τι ἔμαθες, πῶς ἤθλησας. Μέχρι τίνος γυμνασθήσῃ μόνος ; ἤδη καιρὸς γνῶναι σε, πότερον τῶν ἀξιονίκων εἴ τις ἀθλητῶν ἢ ἐκείνων, οἱ τὴν οἰκουμένην περιέρχονται νικώμενοι.) Pourquoi donc es-tu irrité ? Il n'y a pas de lutte sans tumulte. Il est inévitable qu'il y ait beaucoup d'entraîneurs, beaucoup d'officiels, beaucoup de spectateurs. – Mais je voulais, moi, avoir une vie tranquille. – Eh bien, lamente-toi, gémis, c'est ce que tu mérites. Quel châtement plus grand, en effet, pour un homme sans éducation et qui n'obéit pas aux prescriptions divines, que le chagrin, les pleurs, l'envie, en un mot l'échec et le malheur ? Ne veux-tu pas te débarrasser de ces maux ?<sup>17</sup>

Pour l'athlète, la lutte est le moment de vérité : elle est l'occasion de vérifier si l'entraînement a porté ses fruits. La métaphore de la lutte, du combat montre au philosophe qu'il doit s'exercer dans le but de mettre en pratique ce à quoi il s'est exercé et de vérifier qu'il a bien appris<sup>18</sup>.

---

<sup>16</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 29, 34-35 (nous soulignons).

<sup>17</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 29-32 (nous soulignons).

<sup>18</sup> La métaphore de la lutte se retrouve également à deux reprises chez Marc Aurèle. Voir MARC AURÈLE, *Pensées*, VIII, 61 ; XII, 9.

Par ailleurs, une lutte n'est pas une partie de plaisir : il faut que l'athlète produise un effort, donne des coups, en esquive, en encaisse, reste debout, riposte, comme il l'a appris lors de ses entraînements. De la même façon, la vie contient son lot de difficultés que le philosophe doit surmonter selon les principes qu'il a appris, en les mettant en pratique. S'il en est incapable, c'est qu'il n'a pas bien appris, ce qui le condamne à l'échec et au malheur. Ainsi, il faut se comporter à l'égard de la vie comme on se comporte à l'égard d'un combat : avant, il faut s'y préparer en s'entraînant, en faire un objectif auquel on se tient et selon lequel on oriente toutes nos actions ; ensuite, le moment venu, il faut mettre en application ce à quoi on s'est entraîné pour concourir et espérer remporter la victoire.

### ***La métaphore alimentaire***

De son côté, Sénèque recourt à une autre image pour expliquer certains aspects de la philosophie en tant qu'art de vivre : l'alimentation. À la différence d'Épictète qui, nous l'avons vu, à travers l'image de l'athlète, dresse un tableau assez complet de la conception stoïcienne de la philosophie, Sénèque se concentre essentiellement sur les exercices spirituels, plus précisément sur la lecture qu'il qualifie d' « aliment de l'esprit » que l'écriture digère et assimile. En filant cette métaphore, il envisage la philosophie comme un régime pour prendre soin de son âme, voire une thérapie pour soigner son âme. Nous recensons, dans les *Lettres à Lucilius*, au total sept passages qui la contiennent<sup>19</sup>.

Au début de sa lettre 84, Sénèque explique la façon dont il faut pratiquer la lecture et l'écriture grâce à la métaphore de la digestion et de l'assimilation des aliments :

Ces excursions qui secouent ma paresse profitent, je m'en rends compte, à ma santé et à mes études. Ce que ma santé y gagne, tu le vois : comme l'amour des lettres me rend apathique et insoucieux de mon corps, je m'entraîne physiquement par la fatigue d'autrui. En quoi favorisent-elles l'étude ? Voici l'explication : je ne quitte point mes lectures. Or, pour moi, les lectures sont de première nécessité : d'abord elles empêchent que je me contente de mon fonds ; et puis, en m'initiant aux recherches des autres, elles me mettent à même d'apprécier les découvertes faites et de réfléchir sur celles qui restent à faire. *La lecture est l'aliment de l'esprit et quand l'étude l'a fatigué, elle le restaure, sans exclure pourtant toute étude. (Alit lectio ingenium et studio fatigatum, non sine studio tamen, reficit.)* On ne doit pas plus se borner à écrire qu'on ne doit se borner à lire. La première de ces occupations déprimera, épuisera l'énergie (je parle du travail de style). L'autre lui ôtera sa trempe. *Recourons tour à tour l'une à l'autre, de telle sorte que la composition écrite mette en un corps d'ouvrage ce que la lecture a recueilli (Invicem hoc et illo commeandum est et alterum altero temperandum, ut quidquid lectione collectum est stilus redigat in corpus)* [...] *Les aliments absorbés, tant qu'ils se*

---

<sup>19</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 2, 2-4 ; VI, 53, 5 ; VI, 53, 7-8 ; VII, 68, 7-8 ; IX, 78, 11 ; XI, 84, 1-2 ; XI, 84, 6.

*conservent tels quels, tant qu'ils nagent à l'état solide dans l'estomac, sont une charge pour l'organisme. Leur transformation accomplie, c'est alors qu'ils deviennent de la force et du sang. Procédons de même pour la nourriture de l'esprit. Ne souffrons que rien de ce qui entre en nous demeure intact, de peur qu'il ne soit jamais assimilé. Digérons la matière : autrement elle passera dans notre mémoire, non dans notre intelligence. (Quod in corpore nostro videmus sine ulla opera nostra facere naturam (alimenta quae accepimus, quamdiu in sua qualitate perdurant et solida innatant stomacho, onera sunt ; at cum ex eo quod erant mutata sunt, tunc demum in vires et in sanguinem transeunt), idem in his quibus aluntur ingenia praestemus, ut quaecumque hausimus non patiamur integra esse, ne aliena sint. Concoquamus illa : aloqui in memoriam ibunt, non in ingenium.)<sup>20</sup>*

Ce long extrait mobilise plusieurs aspects de la comparaison. Tout d'abord, comparer le fait de lire et d'écrire au fait de se nourrir montre toute l'impérativité de ces activités dans la pratique de la philosophie. Lire est nécessaire et il n'est pas possible de s'en passer. De même qu'il est vital de nourrir son corps d'aliments, il est primordial d'approvisionner son âme de lectures. Il y a deux raisons à cela, que l'on retrouve dans le terme *reficit* selon la traduction que l'on en donne<sup>21</sup>.

D'un côté, si l'on considère *reficere* dans le sens de « réparer, remettre en état, récupérer de nouveau, avoir de nouveau, se refaire de », le rôle de la lecture est de rendre de l'énergie à l'âme fatiguée. De la même façon que le corps fatigué par une activité physique a besoin de retrouver de l'énergie, l'âme épuisée par un travail intellectuel tel que l'étude a besoin d'être restaurée.

De l'autre, si l'on prend *reficere* au sens de « compléter, achever », la lecture remplit, comble l'âme vidée. Celle-ci a besoin de quelque chose d'extérieur pour sortir de ses habitudes et de ses certitudes et pour apprendre. La science en effet ne naît pas spontanément. Ces deux thèmes sont liés : il faut un aliment extérieur qu'il faut digérer. Dans notre traduction, nous avons choisi de traduire le terme *reficere* par « restaurer ». Derrière cette traduction, il faut donc voir l'idée de réparation et l'idée de remplissage.

Ensuite, la comparaison entre lecture et aliment permet à Sénèque d'expliquer comment il faut lire. Pour nourrir son corps, ingérer des aliments ne suffit pas : l'aliment ne modifie le corps que s'il est digéré et assimilé, c'est-à-dire s'il se transforme en force et en sang. Cela signifie qu'il doit être transformé en nutriments et passer dans le sang. Dans le cas de la nourriture de l'esprit, ce procédé de digestion et d'assimilation est assuré par l'écriture. La lecture approvisionne l'âme en doctrines qui ne peuvent jamais être reprises telles quelles. Il

---

<sup>20</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XI, 84, 1-2 ; 6 (nous soulignons).

<sup>21</sup> GAFFIOT F., « *reficere* », *Le Grand Gaffiot. Dictionnaire Latin-Français. Troisième édition revue et augmentée par P. Flobert* (2000), p. 1348.



faut en effet les digérer et les assimiler, c'est-à-dire les travailler et se les approprier, les apprendre de façon à ce qu'elles ne passent pas intactes dans la mémoire, mais aient un effet réel. Cet effet réel, c'est précisément la transformation de soi, de sa manière d'être et de vivre. C'est ce que nous avons appelé, dans le chapitre précédent, la fonction *éthopoiétique* de l'écriture qui transforme la vérité en ἦθος : l'écriture est ce qui opère la mise en pratique de ce qui a été appris par la lecture.

Cette métaphore de la digestion et de l'assimilation des aliments permet à Sénèque de mettre en garde contre l'abondance de lectures qui, dans le meilleur des cas, empêche le travail d'assimilation des éléments ingérés ou qui, dans le pire des cas, provoque une indigestion :

Il y a autre chose : tu lis beaucoup d'auteurs, des livres de tout genre. Cette disposition ne supposerait-elle pas du flottement, un certain manque d'assiette ? Il faut ne se pénétrer et ne se nourrir que de quelques auteurs déterminés, si l'on veut en tirer un profit durable [...] *Les aliments ne profitent pas, ils ne s'assimilent pas, quand, à peine absorbés, on les rejette (Non prodest cibus nec corpori accedit qui statim sumptus emittitur) [...]* Abondance de livres, tiraillement de l'esprit. Ainsi puisque tu serais hors d'état de lire tous ceux que tu pourrais avoir, contente-toi d'en avoir autant que tu en peux lire. « C'est que je me plais, dis-tu, à feuilleter tantôt ce livre, tantôt cet autre. » *Goûter un peu de tout ne convient qu'à un estomac blasé. Cette variété de mets dont les effets se contrarient l'engrasse et ne l'alimente pas. (Fastidiendis stomachi est multa degustare ; quae ubi varia sunt et diversa, inquinant non alunt.)* Lis donc toujours des auteurs d'une autorité reconnue ; et, si l'envie te prend de pousser une pointe chez les autres, reviens vite aux premiers. Assure-toi quotidiennement une défense contre la pauvreté, contre la mort, sans oublier nos autres fléaux. De tout ce que tu auras parcouru extrais une pensée à bien digérer ce jour-là.<sup>22</sup>

En matière de lecture, il faut donc préférer la qualité à la quantité. Quand on mange des aliments variés en abondance et trop vite, le corps ne parvient pas à extraire les nutriments et à les assimiler et l'estomac, gavé, noyé, finit par rejeter ce qui a été ingéré. C'est pourquoi il est conseillé de manger en petite quantité et lentement afin que le processus de nutrition soit optimal. Par ailleurs, pour être bien nourri, il faut aussi choisir de bons aliments, c'est-à-dire riches et nourrissants. Il en va de même pour la lecture. À passer sans cesse de livre en livre, sans revenir de temps en temps s'alimenter à quelques moments essentiels, on s'expose à se disperser, à tout mélanger et à ne rien retenir. Il vaut mieux se concentrer sur quelques livres dans le but de les maîtriser à fond, plutôt que de vagabonder à gauche et à droite. Ainsi, selon Sénèque, il faut toujours lire des « auteurs d'autorité reconnue » dont il recommande de retenir chaque jour une seule pensée à digérer.

---

<sup>22</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 2, 2-4 (nous soulignons).

Cette métaphore de l'alimentation fait passer la philosophie de manière générale pour un régime non seulement qu'il faut adopter, mais surtout auquel il faut s'adapter. Sénèque a conscience des difficultés que cela peut poser dans un premier temps car il s'agit d'un changement radical :

« Mais, dit-on, il en coûte d'être privé de ses plaisirs ordinaires, de faire diète, d'avoir soif et faim. » *Le début du régime est pénible. Ensuite les appétits s'endorment dans la fatigue et le renoncement du corps, instrument de nos appétits. De là les résistances à l'estomac ; de là une aversion pour des mets dont on était avide ; c'est enfin la mort des désirs. Or, il n'y a rien d'amer à se voir privé de ce dont on n'a plus envie.* (« Sed molestum est, inquit, carere adsuetis voluptativus, abstinere cibo, sitire, esurire. » Haec prima abstinentia gravia sunt, deinde cupiditas relanguescit ipsis per [se] quae cupimus fatigatis ac deficientibus ; inde morosus est stomachus, inde quibus fuit aviditas cibi odium est. Deisideria ipsa moriuntur ; non est autem acerbum carere eo quod cupere desieris)<sup>23</sup>

Au début d'un régime, il est difficile de se passer des mauvaises choses que l'on avait l'habitude de manger – d'autant plus que généralement ces mauvaises choses semblent bonnes et agréables à manger – pour les remplacer par des aliments sains et riches qui semblent fades. Au fur et à mesure, on a de moins en moins envie de ces aliments dont on a été avides et friands auparavant et on apprécie de plus en plus ces aliments que l'on trouvait au départ peu appétissants. Lorsque l'on commence à réduire la quantité de nourriture, on est constamment en proie à une sensation de faim qui, avec le temps, finit par s'estomper. De la même manière, s'il est difficile au début pour le philosophe de se livrer à la pratique des exercices spirituels pour mettre en application les principes stoïciens dans chacun de ses actes, il finit par s'habituer et même par apprécier cette façon de vivre.

Selon Sénèque, il est nécessaire d'adopter le régime de vie philosophique parce que notre âme est souffrante, faible à certains égards. La métaphore de l'alimentation sert à exprimer la nécessité de prendre conscience des maux et des faiblesses dont souffre l'âme et les soigner<sup>24</sup>. De la même façon que l'on soigne ses soucis corporels ou, dans le cadre de la métaphore alimentaire, digestifs, il faut prendre soin des parties faibles de son âme. Ainsi, la philosophie apparaît en quelque sorte comme un remède, une thérapie.

---

<sup>23</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IX, 78, 11 (nous soulignons).

<sup>24</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VII, 68, 7-8 (nous soulignons) : *Mais soigne surtout dans ton âme la partie que tu sentiras la moins solide. Chacun connaît ses tares corporelles. (Id autem maxime tracta quod in te esse infirmissimum senties. Nota habet sui quisque corpori vitia.)* Tel prend des vomitifs pour soulager son estomac ; tel le fortifie en l'alimentant fréquemment ; tel en jeûnant à de certaines dates purge le corps de ses humeurs. Ceux qui sont sujets aux crises de goutte s'interdisent soit le vin soit les bains. Insouciants pour tout le reste, ils combattent par des cures préventives le mal habituel auquel ils sont en proie. Nous avons de même dans l'âme des parties souffrantes qui demandent qu'on les soigne.

Par ailleurs, la faiblesse morale semble pour Sénèque plus grave que l'infirmité physique :

*Dès que j'eus remis de l'ordre dans mon estomac, qui, comme tu le sais, n'échappe pas à la nausée en même temps qu'à la mer, quand je me fus ragaillardisé le corps par une friction, je réfléchis au penchant qui nous porte à oublier si vite nos infirmités, même physiques, bien qu'elles se rappellent sans cesse à nous ; sans parler d'autres infirmités qui sont morales, d'autant moins apparentes qu'elles sont plus sérieuses. (Ut primum stomachum, quem scis non cum mari nausiam effugere, collegi, ut corpus unctione recreavi, hoc coepi mecum cogitare, quanta nos vitiorum nostrorum sequeretur oblivio, etiam corporalium, quae subinde admonent sui, nedum illorum quae eo magis latent quo maiora sunt.) [...] Le contraire arrive dans les maladies qui affectent notre âme : plus on est atteint, moins on le sent. (Contra evenit in his morbis quibus adficiuntur animi : quo qui peius se habet, minus sentit.)* Il ne faut pas que tu t'en étonnes, mon Lucilius bien-aimé. L'homme légèrement assoupi perçoit des images tandis qu'il se repose, et parfois en dormant il se rend compte qu'il dort. Un sommeil profond éteint jusqu'aux rêves ; il absorbe l'âme au point d'abolir en elle la conscience de soi. Pourquoi nul ne confesse-t-il ses vices ? C'est qu'on est encore engagé sous leur empire. Conter son rêve, c'est être revenu à l'état de veille. S'avouer ses vices un signe de santé. Éveillons-nous donc, afin de pouvoir confondre nos erreurs. Or, la philosophie seule nous réveillera ; seule elle dissipera un sommeil accablant. Consacre-toi tout à elle. Tu es digne d'elle ; elle est digne de toi. Jetez-vous dans les bras l'un de l'autre. Refuse ton affection à tout autre objet, bravement, ouvertement. Tu n'as pas à être philosophe à titre révocable.<sup>25</sup>

Il est difficile de se rendre compte des infirmités morales parce qu'elles plongent celui qui en souffre dans une sorte de sommeil profond empêchant toute conscience de soi. Ainsi faire de la philosophie revient à s'éveiller, à sortir de cet état d'inconscience en avouant ses vices, ses manquements, ses faiblesses, et à devenir maître de soi-même.

### ***Confrontation des comparaisons***

Nous avons étudié en détail deux univers de comparaisons et de métaphores qui servent à expliquer l'utilisation des exercices spirituels, de la lecture et de l'écriture, comme propédeutiques à la vie philosophique et la conception particulière de la philosophie en tant qu'art de vivre qui en découle. S'ils présentent tous deux la pratique de la philosophie comme un effort qu'il faut rechercher activement et éprouver totalement – une lutte, un combat ou un régime, une thérapie –, ils insistent cependant chacun sur une dimension différente de la façon de parvenir à la transformation de soi à laquelle invite la philosophie. Chez Épictète, cette transformation a lieu à travers le travail des exercices spirituels sur l'esprit, sur la disposition intérieure du philosophe semblable à celui des exercices physiques sur le corps de l'athlète. Il

---

<sup>25</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 53, 5 ; 7-8 (nous soulignons).

s'agit donc de travailler sur le contenant, c'est-à-dire sur nous-mêmes, sur notre manière d'être, pour modifier la façon dont nous faisons usage de nos capacités et ainsi notre manière de vivre. Chez Sénèque, cette transformation passe par un travail sur les livres, semblable à celui du corps sur la nourriture. Il s'agit donc de travailler sur le contenu, c'est-à-dire sur les principes, dogmes et doctrines, pour modifier l'usage que l'on en fait et ainsi notre manière de vivre.

Ces deux dimensions constituent en réalité les deux facettes de l'usage des exercices spirituels. En effet, l'image de l'athlète insiste davantage sur *pourquoi* il faut les pratiquer, tandis que la métaphore alimentaire montre *comment* il faut les pratiquer<sup>26</sup>. Épictète met en évidence la pratique des exercices spirituels à travers la transformation de la manière d'être et de vivre qu'ils doivent produire et l'objectif auquel ils doivent tendre. Pour ce faire, il crée un lien étroit, un rapport subtil entre philosophe et athlète, entre exercice spirituel et exercice physique, entre philosophie et discipline sportive, entre vie et compétition (course ou combat), entre difficultés et adversaires, entre sagesse et victoire, et ce, au moyen de comparaisons, de correspondances, d'analogies, de parallélismes.

Sénèque envisage la pratique des exercices spirituels à travers la transformation de leur contenu en actes et leur articulation. Pour ce faire, il met en évidence le rôle déterminant de l'écriture à assimiler, à rendre effectifs dans notre comportement, dans nos actions et dans nos décisions les principes, dogmes et doctrines ingérés, appris dans les lectures. Dans le processus de digestion se joue le passage de la lecture à l'écriture : ingérer, c'est lire, et assimiler, c'est transcrire, réécrire, composer un écrit qui est utile, qui transforme.

### ***Comparaison et discours philosophique***

Le processus comparatif, qu'il s'agisse d'une analogie ou d'une métaphore, renforce la valeur didactique et argumentative du propos. Il sert d'une part à toucher le lecteur de manière directe et concrète, à l'accrocher à quelque chose qu'il connaît, et d'autre part, à le rendre réceptif à l'exposé qui va suivre. En ce sens, la comparaison s'avère une porte d'entrée vers la réflexion plus théorique par laquelle Épictète, dans ses *Entretiens*, et Sénèque, dans ses *Lettres*, font passer leurs disciples quand ils leur enseignent un point de doctrine.

Examinons en détail la façon dont ce mouvement est à l'œuvre chez Épictète. L'entretien intitulé *À ceux qui s'appliquent à mener une vie tranquille*, d'où est tiré le passage

---

<sup>26</sup> Dans le chapitre suivant intitulé « Lecture d'usage et usage de l'écriture » aux pages 67 à 79, nous retrouverons ces deux dimensions à travers la distinction entre l'usage objectif de la lecture, qui répond à la question du « pourquoi », et l'usage objectif de l'écriture, qui répond à la question du « comment ».

cité précédemment<sup>27</sup>, est, en apparence, structuré de manière assez simple : Épictète énonce une thèse qu'il explique ensuite. L'énonciation de la thèse couvre les lignes 1 à 7, dont voici le cœur :

Ou alors, pourquoi veux-tu lire ? Dis le moi. Si tu poursuis jusqu'au bout ta lecture pour te divertir ou pour apprendre ceci ou cela, tu es vain et misérable. Si tu rapportes ta lecture à la fin qu'elle doit avoir, cette fin est-elle autre chose qu'une vie sereine ? Et si la lecture ne te procure pas la sérénité, à quoi sert-elle ? (Ἡ τίνας ἔνεκα θέλεις ἀναγῶναι; εἰπέ μοι. Εἰ μὲν γὰρ ἐπ' αὐτοῦ καταστρέφεις ἐπ' αὐτὸ τὸ ψυχαγωγηθῆναι ἢ μαθεῖν τι, ψυχρὸς εἶ καὶ ταλαίπωρος. Εἰ δ' ἐφ' ὃ δεῖ ἀναφέρεις, τί τοῦτ' ἔστιν ἄλλο ἢ εὐροια; εἰ δέ σοι τὸ ἀναγιγνώσκειν εὐροίαν μὴ περιποιῆ, τί ὄφελος αὐτοῦ;)<sup>28</sup>

Le reste de l'entretien, c'est-à-dire les lignes 8 à 48, est consacré à l'explication de cette thèse. Cette seconde partie comporte deux moments. Il y a d'abord une série d'exemples suivis de la comparaison entre exercice spirituel et exercice physique<sup>29</sup>. Ces allusions à des situations concrètes servent à susciter l'attention et l'intérêt des disciples avant de les emmener vers des considérations plus élevées et complexes qui constituent le véritable propos philosophique. Ensuite, après avoir posé et développé la comparaison<sup>30</sup>, Épictète reprécise alors sa thèse initiale en l'énonçant, en quelque sorte, de manière « plus philosophique » :

Quelle en est donc la cause ? C'est que nous n'avons jamais pratiqué la lecture ni l'écriture dans le but de faire, dans nos actions, un usage conforme à la nature des représentations qui s'offrent à nous. (Τί οὖν τὸ αἴτιον ; ὅτι οὐδέποτε τούτου ἔνεκα ἀνέγνωμεν, οὐδέποτε τούτου ἐγράψαμεν, ἴν' ἐπὶ τῶν ἔργων κατὰ φύσιν χρώμεθα ταῖς προσπιπτούσαις φαντασίαις.) Nous n'avons pas d'autre objectif, en réalité, que de comprendre ce qui est dit, d'être capables de l'expliquer à autrui, d'analyser le syllogisme et d'examiner le raisonnement hypothétique.<sup>31</sup>

L'idée de départ est ici formulée en termes stoïciens : actions, usage conforme, nature, représentations. La thèse reste la même, c'est sa formulation et le champ d'application auquel elle renvoie qui diffèrent. En effet, on passe d'une simple comparaison avec une situation de

---

<sup>27</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 8-18.

<sup>28</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 4-5 (nous soulignons).

<sup>29</sup> Il s'agit des deux premières parties de l'extrait dont nous nous sommes servis pour introduire notre exposé théorique : ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 8-11 ; 11-13.

<sup>30</sup> Notons qu'il arrive parfois à Épictète de recourir à plusieurs comparaisons successives portant sur des domaines différents. C'est le cas notamment ici : après avoir énoncé la comparaison entre le philosophe et l'athlète, il en énonce une seconde portant sur le thème de l'assentiment. Il s'agit d'un thème central du stoïcisme. On peut dire que cette seconde comparaison sert à amener le lecteur un peu plus près du degré de généralité que veut atteindre Épictète dans sa réflexion. On est toujours dans un processus de comparaison, qui est, en quelque sorte, une manière détournée et simplifiée de philosopher, dont le thème fait faire un pas de plus vers le véritable propos philosophique.

<sup>31</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 14 (nous soulignons).

vie concrète à une formulation en termes philosophiquement chargés et connotés d'un thème central du stoïcisme : l'usage des représentations qui s'offrent à nous conformément à la nature.

Une fois arrivé à ce degré de généralité, Épictète entre dans une phase de développement qui couvre les lignes 19 à 48, c'est-à-dire tout le reste de l'entretien, la partie la plus importante aussi bien en termes de longueur que de contenu. Ce développement est l'occasion pour lui de revenir sur la plupart des points de doctrine qui constituent le noyau théorique du stoïcisme : la faculté de choix (ligne 23), la distinction entre ce qui dépend de nous et ce qui ne dépend pas de nous (ligne 29), le désir et les aversions (ligne 33), l'empêchement (ligne 35), le bonheur (ligne 36 et 39), le principe directeur (ligne 43). Il s'agit là d'un tableau relativement complet des notions et concepts de l'éthique stoïcienne.

Par ailleurs, dans la phase de développement, Épictète n'hésite pas à revenir sur sa thèse de départ en réutilisant le thème de la comparaison qui lui a permis de basculer du particulier au général. Cette thèse et cette comparaison apparaissent toutes deux d'autant plus claires et subtiles qu'elles ont été et sont encore éclairées par la réflexion à laquelle elles ont donné naissance. Ce mouvement de reprise, de retour, cette boucle bouclée, servent à conserver l'attention et l'intérêt des lecteurs et d'autre part, à bien les imprégner du propos. Ainsi, dans le cas de cet entretien, Épictète revient avec le parallélisme entre exercice spirituel et exercice physique pour convaincre ses lecteurs de la nécessité de passer à l'action pour mener une vie tranquille :

Souviens-toi seulement des principes généraux : « Qu'est-ce qui est à moi, qu'est-ce qui n'est pas à moi ? Qu'est-ce qui m'a été accordé ? Qu'est-ce que le dieu veut que je fasse maintenant, qu'est-ce qu'il veut que je ne fasse pas ? » *Il y a quelque temps, il voulait que tu aies du loisir, que tu converses avec toi-même, que tu écrives sur ces questions, fasses des lectures, écoutes, te prépares. Tu avais pour cela un temps suffisant. Maintenant il te dit : « Entre dans la lutte, montre-nous ce que tu as appris, comment tu t'es entraîné. Jusqu'à quand vas-tu t'exercer dans la solitude ? Le moment est venu pour toi de savoir si tu fais partie des athlètes qui méritent de vaincre ou de ceux qui parcourent le monde en vaincus. »* (Πρὸ ὀλίγου χρόνου ἤθελέν σε σχολάζειν, σαυτῷ λαλεῖν, γράφειν περὶ τούτων, ἀναγιγνώσκειν, ἀκούειν, παρασκευάζεσθαι· ἔσχες εἰς τοῦτου ἰκανὸν χρόνον. Νῦν σοι λέγει 'ἔλθε ἤδη ἐπὶ τὸν ἀγῶνα, δεῖξόν ἡμῖν, τι ἔμαθες, πῶς ἤθλησας. Μέχρι τίνος γυμνασθήσῃ μόνος; ἤδη καιρὸς γνῶναί σε, πότερον τῶν ἀξιονίκων, εἴ τις ἀθλητῶν ἢ ἐκείνων, οἱ τὴν οἰκουμένην περιέρχονται νικῶμενοι.)<sup>32</sup>

---

<sup>32</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 29-31 (nous soulignons).

Ce mouvement « généralisant » au départ d'une comparaison entre philosophe et athlète, entre exercice spirituel et exercice physique, se retrouve dans d'autres entretiens d'Épictète<sup>33</sup>. Dans *Du progrès*<sup>34</sup>, la thèse initiale traite du lien entre progrès et vertu :

Comment comprendre alors que, d'un côté, nous soyons d'accord sur la nature de la vertu, mais que, d'un autre côté, nous recherchions le progrès ailleurs et le mettions en évidence ailleurs ? Quelle est l'œuvre de la vertu ? La sérénité. Et qui fait des progrès ? Celui qui a lu beaucoup de traités de Chrysippe ? La vertu consisterait-elle à avoir bien compris Chrysippe ? *Si c'est le cas, tout le monde sera d'accord pour dire que le progrès n'est rien d'autre que l'intelligence d'un grand nombre de passages de Chrysippe. En réalité, nous accordons que la vertu produit un certain résultat, mais nous déclarons que ce qui se rapproche de la vertu, c'est-à-dire le progrès, en produit un autre.* (Εἰ γὰρ τοῦτ'ἔστιν, ὁμολογουμένως ἡ προκοπὴ οὐδὲν ἄλλο ἐστὶν ἢ τὸ πολλὰ τῶν Χρυσίππου νοεῖν. Νῦν δ'ἄλλο μὲν τι τὴν ἀρετὴν ἐπιφέρειν ὁμολογοῦμεν, ἄλλο δὲ τὸν συνεγγισμὸν, τὴν προκοπὴν ἀποφαίνομεν.)<sup>35</sup>

La comparaison arrive quelques lignes après<sup>36</sup> :

À toi donc, à présent, de me montrer tes progrès. Mettons que je demande à un athlète : « Montre-moi tes épaules » et qu'il me réponde : « Vois mes haltères ! » Toi et tes haltères, arrangez-vous ; moi, ce que je veux voir, c'est l'effet des haltères. (Σὺ οὖν ἐνταῦθά μοι δεῖξόν σου τὴν προκοπὴν. Καθάπερ εἰ ἀθλητῆ διελεγόμεν ἰδεῖξόν μοι τοὺς ὤμους, εἶτα ἔλεγεν ἐκεῖνος ἴδε μου τοὺς ἀλτήρας.' Ὅψει σὺ καὶ οἱ ἀλτήρες, ἐγὼ τὸ ἀποτέλεσμα τῶν ἀλτήρων ἰδεῖν βούλομαι.)<sup>37</sup>

S'ensuit une réflexion sur le progrès dans laquelle Épictète déploie toute une série de notions et de valeurs propres au stoïcisme : la faculté de choix en accord avec la nature (ligne 18), le désir de ce qui ne dépend pas de nous (ligne 19), le fait de s'exercer quotidiennement (ligne 20), les situations malheureuses (ligne 24), le bonheur (ligne 32). Au cours de ce développement, il réutilise le thème de sa comparaison initiale :

Supposons enfin que, levé dès le point du jour, il observe et garde ces enseignements, qu'il se baigne en homme loyal et mange en homme réservé, mettant ces règles de conduite en pratique dans tous les cas qui se présentent, tout comme le coureur se conduit toujours en coureur. (Καὶ

---

<sup>33</sup> L'exemple que nous venons d'analyser ainsi que celui qui va suivre sont ceux qui illustrent de la manière la plus complète ce mouvement, à savoir : énonciation de la thèse, comparaison, développement, retour de la comparaison. D'autres entretiens suivent partiellement ce schéma. Certains suivent seulement la phase « ascendante » du schéma en commençant par l'énonciation d'une thèse et d'une comparaison mais n'effectuent pas de retour vers cette comparaison initiale durant le développement. C'est le cas des entretiens I, 24, III, 21 et III, 23. D'autres ne connaissent que la phase « descendante » du schéma car ils comportent seulement une comparaison dans le développement de la thèse, juste avant la conclusion. C'est le cas des entretiens I, 29, II, 17, II, 18 et III, 12.

<sup>34</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4.

<sup>35</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 5-8 (nous soulignons).

<sup>36</sup> Notons que, comme dans l'entretien précédent, cette comparaison est suivie d'une autre qui porte sur un thème stoïcien : la propension.

<sup>37</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 13 (nous soulignons).

λοιπὸν ἔωθεν ἀνιστάμενος ταῦτα τηρεῖ καὶ φυλάττει, λούεται ὡς πιστός, ὡς αἰδήμων ἐσθίει, ὡσαύτως ἐπὶ τῆς ἀεὶ παραπιπτούσης ὕλης τὰ προηγούμενα ἐκπονῶν, ὡς ὁ δρομεὺς δρομικῶς.)<sup>38</sup>

L'analyse de ces deux entretiens met en évidence une méthode d'enseignement et un mouvement de réflexion que l'on pourrait qualifier de « généralisant », au sens où Épictète, en partant d'un cas, d'une situation de vie concrète parvient à emmener son lecteur vers des considérations philosophiques élevées et complexes. Cette transition est rendue possible par le procédé comparatif qui, en mettant en parallèle une situation concrète et une situation qui l'est moins, d'une part, met le lecteur dans une disposition d'esprit qui relève de l'attention, de l'intérêt et de la réceptivité, et d'autre part, opère un passage du particulier au général, montre et ouvre la voie vers la spéculation philosophique. Par ailleurs, une fois le degré de généralité atteint, une fois la discussion philosophique lancée, il n'est pas rare de voir le mouvement inverse s'opérer : le retour au cas concret et à la comparaison. Ce mouvement de « particularisation » permet d'entretenir la bonne disposition des lecteurs et de consolider ce qu'ils sont en train d'apprendre. Ainsi, nous constatons que la comparaison est à l'origine d'un double mouvement qui agit au niveau de l'attention mais aussi de la compréhension du lecteur.

La même observation peut être faite à l'égard de l'image alimentaire chez Sénèque. Notons cependant d'emblée une différence majeure : tandis qu'Épictète a presque toujours recours à des comparaisons ou à des parallélismes, Sénèque a uniquement recours à des métaphores. Cela modifie quelque peu le schéma que nous avons mis au jour dans les entretiens d'Épictète ci-dessus. Reprenons la fameuse lettre 84 que nous avons citée aux pages 54 et 55.

Au début de cet extrait, Sénèque énonce clairement sa thèse selon laquelle « les lectures sont de première nécessité ». Il l'explique par le fait qu'elles permettent de sortir de ses habitudes et de ses certitudes et par le fait que la science ne naît pas spontanément. Ensuite, comme pour justifier une seconde fois sa thèse, il énonce la métaphore : « La lecture est l'aliment de l'esprit » qu'il file durant le reste du développement. Dans les phrases qui suivent l'énonciation de cette métaphore, nous constatons une superposition, un mélange de termes appartenant à deux champs lexicaux. L'alimentation et, de manière plus générale, le corps y sont représentés par des mots tels que *vires*, *corpus*, *alimenta*, *stomacho*, *sanguinem*, *aluntur*, *conquamus*. Le véritable propos de Sénèque, l'exercice spirituel de la lecture, est exprimé au travers de mots tels que *lectio*, *studio*, *scribere*, *legere*, *stilus*, *redigat*, *ingenia*, *memoriam*.

Contrairement à Épictète, Sénèque n'entre pas dans une réflexion plus technique, plus théorique. Il construit un édifice spéculatif et emmène son disciple vers des considérations plus

---

<sup>38</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 20 (nous soulignons).



élevées en filant la métaphore sur plusieurs lignes<sup>39</sup>. Cette façon de procéder permet à Sénèque de rendre le sujet sur lequel il discute ou le point de doctrine qu'il enseigne « visible » en permanence par son disciple<sup>40</sup>. Il le dit d'ailleurs dans sa lettre 59 : « Or, j'estime que nous avons besoin de l'image, non pour les mêmes raisons que les poètes, mais afin qu'elle serve de point d'appui à l'humaine faiblesse et mette l'orateur comme l'auditeur en contact avec la réalité.<sup>41</sup> » En d'autres termes, la métaphore permet de visualiser ce qui est invisible par des analogies et des associations concrètes.

Par ailleurs, de la même façon qu'Épictète a recours à la comparaison pour attirer l'attention et la réflexion de ses disciples, Sénèque utilise le procédé métaphorique dans un but de double persuasion morale. En effet, la métaphore permet d'une part au maître de convaincre son disciple d'adopter une telle attitude éthique, et d'autre part au disciple de s'en convaincre lui-même en réfléchissant sur le point de doctrine qui lui est enseigné et en travaillant sur sa propre transformation spirituelle<sup>42</sup>.

L'intérêt du recours à l'image dans l'enseignement philosophique, qu'il s'agisse d'une comparaison ou d'une métaphore, réside essentiellement dans sa fonction systématisante : il rend le discours philosophique systématique, au sens non pas de procurer une explication totale et systématique de la réalité, mais de fournir à l'esprit une image derrière laquelle se cache un petit groupe de principes fortement liés, qui tirent de cette systématisation une plus grande force persuasive et une meilleure efficacité mnémotechnique<sup>43</sup>. Dans le cadre des exercices spirituels tel que nous l'avons défini dans le chapitre précédent, la comparaison permet la constitution d'un noyau théorique, systématique, très concentré, capable d'avoir une forte efficacité psychique et suffisamment maniable pour l'avoir toujours sous la main. Le fait de se remémorer et de méditer cette comparaison en la filant et en la développant permet au philosophe de se reconstruire l'ensemble de l'édifice spéculatif. Dans cette optique, la comparaison apparaît comme une des formes de rédaction privilégiées dans le processus d'écriture philosophique où entrent en jeu la réactivation et l'assimilation des savoirs.

À travers l'analyse de ces procédés stylistiques de comparaison et de métaphore, nous constatons d'autant plus la fonction *éthopoïétique* du discours philosophique : c'est la

---

<sup>39</sup> Nous retrouvons ce mouvement également dans la lettre I, 2 où il est question de la digestion et dans les lettres VI, 53 et VII, 68 où il est question de faiblesses.

<sup>40</sup> ARMISEN-MARCHETTI M., « Seneca's Images and Metaphors », in BARTSCH S. and SCHIESARO A. (éds.), *The Cambridge Companion to Seneca*, Cambridge, 2015, p. 156.

<sup>41</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 59, 6.

<sup>42</sup> ARMISEN-MARCHETTI (2015), p. 157.

<sup>43</sup> HADOT (2002), p. 293-294.

production et la réception de ce discours à travers les exercices spirituels qui accomplissent l'essence même de la philosophie en tant que pratique, en tant que manière d'être et de vivre. Par « discours philosophique », il faut entendre d'une part le « discours extérieur », c'est-à-dire le discours d'enseignement, le discours théorique, et d'autre part le « discours intérieur », c'est-à-dire le discours d'action, le discours pratique.

Quand Épictète dispense ses cours, quand Sénèque rédige ses lettres, ils exposent une doctrine d'une manière « qui vise plus à former qu'à informer<sup>44</sup> ». En lien avec cette méthode d'enseignement scolaire, le discours philosophique extérieur se présente comme la réponse à une question à laquelle on ne répond pas tout de suite. S'il était question de simplement satisfaire le désir de connaissance, il suffirait de donner telle réponse à telle question. Or, la plupart du temps, Épictète et Sénèque ne lésinent pas en détours, répétitions et exemples pour apporter la réponse. Ces procédés sont destinés non seulement à apprendre à raisonner, mais aussi à faire que l'objet de la recherche finisse par devenir totalement familier au point d'intérioriser complètement le savoir<sup>45</sup>.

Ce schéma de question-réponse, qui est en lien direct avec la tradition du dialogue socratique et puis platonicien, est destiné à provoquer chez l'individu un doute, une émotion même, une morsure, comme dit Platon<sup>46</sup>. Le discours philosophique extérieur est destiné à apprendre au disciple à vivre de manière philosophique en s'élevant, en dépassant les raisonnements inférieurs, et surtout les évidences sensibles pour atteindre la vérité. Les processus de comparaison et de métaphore tels que nous les avons définis et analysés précédemment produisent formellement ce mouvement général d'ascension de la pensée. Le mouvement du discours induit le mouvement de l'âme.

Le discours extérieur ne constitue un exercice spirituel complet et effectif que si, une fois reçu, il fait naître un discours intérieur. C'est précisément ce discours intérieur qui change la disposition de l'individu. Les *Pensées* de Marc Aurèle en sont un bon exemple. En voici un extrait :

*Ne vagabonde plus. Tu n'es plus destiné à relire tes notes, ni les histoires anciennes des Romains et des Grecs, ni les extraits de traités que tu réservais pour tes vieux jours. Hâte-toi donc au but, dis adieu aux vains espoirs et viens-toi en aide, si tu te soucies de toi-même, tant que c'est encore possible. (Μηκέτι πλάνω· οὔτε γὰρ τὰ ὑπομνημάτια σου μέλλεις ἀναγιγνώσκειν οὔτε τὰς τῶν ἀρχαίων Ῥωμαίων καὶ Ἑλλήνων πράξεις καὶ τὰς ἐκ τῶν*

---

<sup>44</sup> HADOT (2001), p. 146.

<sup>45</sup> HADOT (2001), p. 147.

<sup>46</sup> En qui concerne la tradition du dialogue socratique et platonicien dans laquelle s'inscrit le discours philosophique, voir HADOT (2001), p. 93-105 ; HADOT (2002), p. 38-48.

γυγγραμμάτων ἐκλογάς, ἃς εἰς τὸ γῆρας ἑαυτῷ ἀπετίθεσο. Σπεῦδε οὖν εἰς τέλος καὶ τὰς κενὰς ἐλπίδας ἀφείς σεαυτῷ βοήθει, εἴ τί σοι μέλει σεαυτοῦ, ἕως ἔξεστιν.)<sup>47</sup>

Ces quelques lignes montrent clairement le mécanisme de constitution et d'application du discours intérieur à l'œuvre dans les exercices spirituels, plus précisément dans l'écriture. Le philosophe, en rédigeant sous la forme de notes condensées toute une série d'aphorismes, de formules, d'exhortations, réactive en lui les dogmes stoïciens qui l'aident à mener sa vie. Il s'agit même plus que d'une réactivation : l'usage de l'impératif dans cet extrait montre que le discours intérieur relève de l'exhortation et de l'autopersuasion.

Par ailleurs, nous constatons que Marc Aurèle s'adresse à lui-même : il se parle, il s'exhorte, il se persuade. Cette particularité révèle une fonction propre au discours philosophique, qu'il soit extérieur ou intérieur : la fonction dialogique. Dans le cas du discours extérieur, l'aspect dialogique est évident. Dans ses *Entretiens*, Épictète donne cours à ses disciples et dans ses *Lettres*, Sénèque s'adresse à son ami Lucilius. Dans le cas du discours intérieur, il s'agit aussi d'un dialogue, un dialogue avec soi-même, un dialogue avec son âme que l'on élève et éduque comme un élève, que l'on conseille et oriente comme un ami. Dans ses *Pensées*, Marc Aurèle prend des notes pour lui-même par l'intermédiaire desquelles il dialogue avec lui-même. Ainsi, le discours philosophique en tant que dialogue s'apparente à une relation vivante entre des personnes, plus qu'à un rapport abstrait entre des idées<sup>48</sup>. D'ailleurs, selon Hadot, il existe un lien étroit entre dialogue avec autrui et dialogue avec soi. Il semble, en effet, que « seul celui qui est capable d'une vraie rencontre avec autrui est capable d'une authentique rencontre avec lui-même et inversement<sup>49</sup>. »

Dans le cadre des exercices spirituels tel que nous l'avons défini dans le chapitre précédent, la lecture correspond donc au discours extérieur, au dialogue avec autrui, tandis que l'écriture s'apparente au discours intérieur, au dialogue avec soi-même. Nous avons ainsi deux pratiques auxquelles correspondent deux discours et deux dialogues et dont les rapports d'enchaînement et d'indissociabilité sont reportés sur ces deux discours et ces deux dialogues. De même que la lecture alimente l'écriture, le discours extérieur se prolonge dans le discours intérieur et le dialogue avec autrui permet le dialogue avec soi-même.

---

<sup>47</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, III, 14.

<sup>48</sup> HADOT (2002), p. 97.

<sup>49</sup> HADOT (2002), p. 43-44.

### CHAPITRE III : Lecture d'usage et usage de l'écriture

Regardons maintenant la dernière partie de l'extrait qui introduit notre exposé théorique :

Quelle en est donc la cause ? C'est que nous n'avons jamais pratiqué la lecture ni l'écriture dans le but de faire, dans nos actions, un usage conforme à la nature des représentations qui s'offrent à nous ; nous n'avons pas d'autre objectif, en réalité, que de comprendre ce qui est dit, d'être capables de l'expliquer à autrui, d'analyser le syllogisme et d'examiner le raisonnement hypothétique. Par suite, là où se porte notre application, là aussi se trouve l'obstacle. Tu veux à tout prix ce qui ne dépend pas de toi ? Dans ce cas, subis les empêchements, les obstacles, les échecs. Si nous lisons un ouvrage *Sur la propension* non pas pour savoir ce qui est dit de la propension, mais pour bien diriger les nôtres : un traité *Sur le désir et l'aversion* pour ne pas subir d'échec dans nos désirs ni rencontrer les objets de notre aversion ; un traité *Sur le devoir* pour garder en mémoire nos rapports avec autrui, et ne jamais agir de façon déraisonnable ni contrairement à nos devoirs, alors nous ne nous emporterions pas lorsque nous rencontrons des empêchements dans nos lectures, mais nous serions satisfaits d'accomplir les actes qui s'accordent avec elles ; nous ne compterions pas comme nous avons l'habitude de le faire jusqu'ici « Aujourd'hui j'ai lu tant de lignes, j'ai écrit tant de lignes », mais nous dirions : « Aujourd'hui j'en ai usé avec mes propensions comme le recommandent les philosophes, je n'ai pas eu de désir, je n'ai manifesté d'aversion que pour ce qui dépend de mon choix, je n'ai pas été impressionné par un tel, je n'ai pas été décontenancé par un tel, je me suis exercé à être patient, à m'abstenir, à être secourable. » De cette façon, nous rendrions grâce au dieu pour ce dont il faut lui rendre grâce.<sup>1</sup>

Ces quelques lignes traitent de la fin pratique que doivent revêtir la lecture et l'écriture. Nous l'avons vu dans les deux chapitres précédents à travers, d'une part, l'étude de la fonction propédeutique des exercices spirituels et, d'autre part, l'analyse de deux images relayant chacune un univers de comparaisons, d'analogies et de métaphores, celle de l'athlète et celle de l'alimentation, qui expliquent le fonctionnement, l'utilité et la finalité de ces exercices. Si le philosophe lit et écrit, ce n'est pas dans le but de lire et d'écrire un certain nombre de lignes, mais uniquement dans le but d'appliquer dans sa vie de tous les jours ce qu'il a appris dans les livres. Cependant, nous n'avons pas encore examiné ce que signifie concrètement cette mise en pratique du point de vue de la doctrine stoïcienne.

Pour la qualifier, Épictète parle dans l'extrait ci-dessus d'« usage conforme à la nature », de « représentations » et de « ce qui ne dépend pas de nous ». Nous ne nous livrerons pas dans ce chapitre à une étude complète et exhaustive de la doctrine stoïcienne qui risquerait

---

<sup>1</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 4, 14-18.

de dépasser le cadre de notre travail. Nous nous attarderons uniquement sur les points qui permettront d'expliquer la fonction et l'effet de la lecture et de l'écriture sur le plan doctrinal stoïcien. Commençons par analyser un extrait tiré du *Manuel* d'Épictète. Il s'agit d'un texte qui répond aux questions du *pourquoi* et du *comment* lire :

Quand quelqu'un est fier d'être capable de comprendre et d'expliquer Chrysippe, dis-toi à toi-même : « Si Chrysippe n'avait pas écrit de manière obscure, celui-là n'aurait aucune raison de faire le fier. » *Mais moi, qu'est-ce que je veux ? Chercher à connaître la Nature et la suivre.* (Ἐγὼ δὲ τί βούλομαι; καταμαθεῖν τὴν φύσιν καὶ ταύτη ἔπεσθαι.) Je cherche donc qui peut me l'expliquer. J'entends dire que c'est Chrysippe. Je viens à lui. Mais je ne comprends pas ce qu'il a écrit. Je cherche donc quelqu'un qui me l'explique. Jusque-là, il n'y a rien dont on puisse être fier. *Quand j'ai trouvé celui qui me l'explique, il me reste à faire usage des préceptes qui m'ont été enseignés.* (Ὅταν δὲ εὔρω τὸν ἐξηγούμενον, ὑπολείπεται χρῆσθαι τοῖς παρηγγελμένοις.) Voilà seulement ce dont on peut être fier. *Mais si c'est l'explication elle-même que j'admire, que suis-je devenu d'autre, finalement, qu'un grammairien au lieu d'un philosophe, avec la seule différence que j'explique Chrysippe au lieu d'Homère ? Donc je rougis plutôt, lorsque quelqu'un me demande : « Fais-moi l'exercice d'explication de texte de l'œuvre de Chrysippe », si je ne suis pas capable de produire des actions qui soient en ressemblance et harmonie avec les discours de celui-ci.* (Ἄν δὲ αὐτὸ τοῦτο τὸ ἐξηγεῖσθαι θαυμάσω, τί ἄλλο ἢ γραμματικὸς ἀπετελέσθην ἀντὶ φιλοσόφου, πλήν γε δὴ ὅτι ἀντὶ Ὀμήρου Χρυσίππειον ἐξεγούμενος; μᾶλλον οὖν ὅταν τις εἴπῃ μοι 'ἐπανάγνωθί μοι τὸ Χρυσίππειον', ἐρυθριῶ, ὅταν μὴ δύναμαι ὅμοια τὰ ἔργα καὶ σύμφωνα ἐπιδεικνύειν τοῖς λόγοις.)<sup>2</sup>

L'objectif ultime que doit viser le philosophe stoïcien à travers ses lectures est de « chercher à connaître la Nature et la suivre ». Or, selon Épictète, l'interprète de la Nature par excellence, c'est Chrysippe qui occupe, à ce titre, une place de premier ordre dans les lectures du philosophe stoïcien<sup>3</sup>. Ainsi, on ne lit pas Chrysippe pour le plaisir de le lire, ni pour se livrer à des explications subtiles de ses textes. On lit Chrysippe pour comprendre la Nature et agir conformément à celle-ci en mettant en pratique les préceptes qui sont consignés dans ses écrits. On lit Chrysippe pour se transformer, pour transformer sa manière d'être et de vivre.

Au sujet de cette mise en application, Épictète parle de « *faire usage* des préceptes qui ont été enseignés ». De même, dans l'extrait qui a servi à introduire ce chapitre, il est question de « *faire*, dans nos actions, *un usage* conforme à la nature des représentations qui s'offrent à nous ». À l'instar de Thomas Bénatouïl<sup>4</sup>, il nous semble que cette notion d' « usage », qui

---

<sup>2</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 49 (nous soulignons).

<sup>3</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 17, 15-19.

<sup>4</sup> Thomas Bénatouïl a largement étudié cette notion dans deux de ses ouvrages desquels nous nous inspirerons pour tout le développement de ce chapitre : BÉNATOUÏL TH., *Faire usage : la pratique du stoïcisme*, Paris, Vrin, 2007 et BÉNATOUÏL TH., *Les Stoïciens III. Musonius – Epictète – Marc Aurèle*, Paris, Les Belles Lettres, 2009.

correspond au verbe grec χρῆσθαι, désigne la pratique, à savoir le terrain et l'objectif de la philosophie stoïcienne, telle que nous l'avons définie dans les chapitres précédents. Cela signifie que la pratique de la philosophie stoïcienne a lieu à travers l'usage. Pratiquer la philosophie stoïcienne, c'est faire un certain « bon usage » de certaines choses. Or, nous avons vu dans le chapitre premier que la pratique de la philosophie en tant qu'art de vivre se réalise par l'exercice spirituel de la lecture couplée à l'écriture. C'est donc ce que nécessite faire un certain « bon usage » de certaines choses.

« Faire usage » demande un objet et un sujet. Il nous semble que la lecture, en tant que processus d'apprentissage, relève de la dimension objective de l'usage. Il est en effet question d'en user, de la pratiquer d'une certaine manière, de manière à prendre connaissance des principes, dogmes et doctrines stoïciens. L'écriture quant à elle, en tant que processus d'assimilation, relève de la dimension subjective de l'usage car elle permet d'user de ce qui a été appris. Il s'agit d'un usage pratique qui relève de la transformation de la manière d'être et de vivre.

Nous retrouvons ces deux rapports de la lecture et de l'écriture à l'usage dans un entretien d'Épictète intitulé *De l'exercice*<sup>5</sup> :

Il ne faut pas que nos exercices consistent en pratiques contraires à la nature et actions extravagantes, car dans ce cas, nous qui prétendons philosopher, nous ne nous distinguerons pas des faiseurs de tours. Il est assurément difficile de marcher sur une corde tendue, et non seulement difficile mais dangereux. Est-ce une raison pour que nous devions nous aussi nous entraîner à marcher sur une corde, à redresser un palmier ou à embrasser des statues ? Nullement. Il n'est pas vrai que toute difficulté et tout danger conviennent à l'exercice : ce qu'il faut, c'est accomplir les efforts qui servent notre but. Et quel est le but proposé à nos efforts ? *Vivre sans rencontrer d'empêchement dans nos désirs, ni tomber sur ce que nous cherchons à éviter. C'est-à-dire ? Ne pas échouer dans nos désirs, ni tomber sur ce que nous cherchons à éviter. C'est à cela donc que doit tendre l'exercice.* (Ὁρέξει καὶ ἐκκλίσει ἀκωλύτως ἀναστρέφεσθαι. Τοῦτο δὲ τί ἐστίν, μήτε ὀρεγόμενον ἀποτυγχάνειν μήτ' ἐκκλίνοντα περιπίπτειν. Πρὸς τοῦτο οὖν καὶ τὴν ἄσκησιν ῥέπειν δεῖ.) Car puisque'il n'est pas possible, si l'on ne s'astreint pas à un exercice intense et continu, de ne pas échouer dans ses désirs et de ne pas tomber sur ce qu'on cherche à éviter, sache que, si tu laisses l'exercice s'orienter vers l'extérieur, c'est-à-dire vers les choses soustraites à notre choix, tu n'auras pas satisfaction pour tes désirs, et ne seras pas à l'abri de tomber sur ce que tu cherches à éviter. Comme l'habitude se manifeste à nous avec une grande force quand nous sommes habitués à éprouver désir et aversion uniquement envers les objets extérieurs, il faut opposer à cette habitude l'habitude contraire, et opposer l'exercice à la grande instabilité des représentations. [...] *Après le désir et l'aversion, le deuxième domaine est celui qui concerne les propensions et les rejets.* (Μετὰ τὴν ὄρεξιν καὶ τὴν ἐκκλίσιν δεῦτερος τόπος ὁ περὶ τὴν ὀρμὴν καὶ ἀφορμὴν.) Le but visé ici est d'obéir à la raison, de ne pas contrevenir à ce qu'exigent le temps et le lieu, et de ne braver aucune autre

---

<sup>5</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 12.

convenance de ce genre. *Le troisième domaine a pour objet les assentiments et concerne les objets persuasifs et entraînants.* (Τρίτος ὁ περὶ τὰς συγκαταθέσεις, ὁ πρὸς τὰ πιθανὰ καὶ ἐλκυστικά.) De même que Socrate disait qu'on ne doit pas vivre sans soumettre son genre de vie à l'examen, de même il ne faut pas accepter une représentation sans examen, mais il faut dire : « Attends, laisse-moi voir qui tu es et d'où tu viens », à la manière dont les gardes de nuit demandent : « Montre-moi tes papiers. » « Possèdes-tu la marque de reconnaissance donnée par la nature, marque que doit posséder une représentation pour être acceptée ? »<sup>6</sup>

Épictète divise l'éducation philosophique en trois disciplines, en trois domaines d'exercices ayant chacun un but propre. Le premier domaine d'exercices est celui qui se rapporte aux désirs et aux aversions, et son but est que l'on ne manque pas l'objet de son désir ni ne tombe sur ce que l'on cherche à éviter. Le deuxième, qui concerne les propensions et les rejets, que l'on peut résumer aux devoirs, a pour fin d'agir avec ordre, raisonnablement et sans négligence. Le troisième domaine, qui prévient l'erreur et les jugements hasardeux, touche à la question de l'assentiment<sup>7</sup>. Thomas Bénatouïl associe chacun de ces domaines d'exercices à l'usage d'un certain type de choses : le désir et les aversions correspondent à la maîtrise de l'usage des choses et des événements, les propensions et les rejets découlent des principes de l'usage d'autrui, et l'assentiment dépend de l'usage des représentations<sup>8</sup>. Pour le dire d'emblée, il nous semble que le premier domaine d'exercices renvoie à l'usage objectif de la lecture, tandis que le troisième domaine d'exercices renvoie à l'usage subjectif de l'écriture. L'étude de ces domaines d'exercices<sup>9</sup> nous permettra d'en apprendre davantage sur le statut de la lecture en tant qu'objet et sur celui de l'écriture en tant que sujet de l'usage.

### ***Lecture d'usage : dimension objective***

Le premier domaine, celui des désirs et des aversions, c'est-à-dire l'usage des choses et des événements, est le plus essentiel. Épictète le dit, c'est vers celui-ci que doit tendre tout l'exercice philosophique :

De ces thèmes, le plus important et le plus urgent est celui qui concerne les passions ; car la passion n'a pas d'autre cause que le fait de manquer l'objet de son désir ou de tomber sur ce que l'on cherche à éviter. (Τούτων κυριώτατος καὶ μάλιστα ἐπείγων ἐστὶν ὁ περὶ τὰ πάθη· πάθος γὰρ ἄλλως οὐ γίνεται εἰ μὴ ὀρέξεως ἀποτυγχανούσης ἢ ἐκκλίσεως περιπιτούσης.) C'est ici que s'introduisent les troubles, les désordres, le malheur, la malchance, et encore l'affliction,

---

<sup>6</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 12, 1-6 ; 13-15 (nous soulignons).

<sup>7</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 2, 1-2.

<sup>8</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 28-29.

<sup>9</sup> Nous mettons de côté le deuxième thème qui a trait aux devoirs en régulant nos propensions et nos répulsions à travers l'usage d'autrui. Pour de plus amples informations à ce sujet, voir BÉNATOUÏL (2009), p. 63-96.

les lamentations, la malveillance, c'est ici que naissent envie et jalousie, toutes passions qui font que nous sommes incapables d'écouter la raison.<sup>10</sup>

Ce premier domaine est en réalité une application de la règle de vie fondamentale de distinction entre ce qui dépend de nous et ce qui ne dépend pas de nous. Cette distinction est une définition. Les choses qui dépendent de nous sont les choses qui dépendent *par nature* de nous, c'est-à-dire toujours et entièrement, à savoir les facultés de notre esprit (nos jugements de valeur, nos impulsions à agir, nos désirs, nos aversions). Les choses qui ne dépendent pas de nous sont toutes les autres choses parce qu'il arrive qu'elles échappent à notre contrôle (nos possessions, notre corps, les opinions que les autres ont de nous, les magistratures)<sup>11</sup>. Or, nous sommes habitués à éprouver du désir et de l'aversion uniquement envers les objets extérieurs qui ne dépendent pas de nous. Pour remédier à cela, Épictète préconise d'opposer cette habitude à l'habitude contraire, c'est-à-dire de ne se soucier que de ce qui dépend de nous, que de ce que nous pouvons *par nature* contrôler. C'est ici qu'intervient la notion d'usage :

Car pour ce qui est important, personne ne peut ni m'empêcher ni me contraindre. Si je suis empêché ou contraint, c'est qu'il s'agit de choses qu'il ne dépend pas de moi d'obtenir, qui échappent à l'alternative du bien et du mal, mais dont l'usage, bon ou mauvais, dépend de moi. (Ὅπου κωλυτὸς καὶ ἀναγκαστὸς εἰμι, ἐκείνων ἢ μὲν τεῦξις οὐκ ἐπ' ἐμοὶ οὐδ' ἀγαθὸν ἢ κακόν, ἢ χρῆσις δ' ἢ κακὸν ἢ ἀγαθόν, ἀλλ' ἐπ' ἐμοί.)<sup>12</sup>

Les objets extérieurs, qui ne dépendent pas de nous, ne sont ni bons ni mauvais par nature, ils sont indifférents. En revanche, l'usage que l'on fait de ces objets extérieurs dépend de nous et celui-ci peut être bon ou mauvais, ce qui nous fait bien ou mal agir. Épictète résume ceci de manière simple et concrète : « Les matières sont indifférentes, leur usage n'est pas indifférent.<sup>13</sup> » En d'autres termes, il faut être indifférent aux objets tout en s'efforçant d'en faire un *bon usage*.<sup>14</sup> Ainsi, la lecture en elle-même est indifférente, elle ne possède pas de valeur intrinsèque. Ce qui n'est pas indifférent, ce qui compte, c'est l'usage que l'on en fait :

À quoi cela te servira-t-il ? Ne sais-tu pas que le livre ne vaut en tout que cinq deniers ? Celui qui l'explique, crois-tu qu'il vaille plus de cinq deniers ? (Καὶ τί σοι ὄφελος; οὐκ οἶδας ὅτι ὅλον τὸ βιβλίον πέντε δηναρίων ἐστίν; ὁ οὖν ἐξηγούμενος αὐτὸ δοκεῖ ὅτι πλείονος ἄξιός ἐστιν ἢ πέντε δηναρίων;)<sup>15</sup>

---

<sup>10</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 2, 3 (nous soulignons).

<sup>11</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, I, 1.

<sup>12</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 5, 8 (nous soulignons).

<sup>13</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 5, 1.

<sup>14</sup> BÉNATOUIL (2009), p. 34.

<sup>15</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 16 (nous soulignons).



Lire pour lire, lire pour être capable d'expliquer un livre ne vaut rien en soi. Ce qui compte, c'est lire pour connaître, pour apprendre :

En effet, si nous avons besoin de Chrysippe, ce n'est pas pour lui-même, c'est pour prendre clairement conscience de la nature. (Οὐδὲ γὰρ Χρυσίππου χρείαν ἔχομεν δι'αὐτόν, ἀλλ'ἵνα παρακολουθήσωμεν τῇ φύσει.)<sup>16</sup>

L'usage de la lecture en tant qu'objet consiste donc en une démarche de connaissance, d'apprentissage. Concrètement, cela implique de lire quotidiennement, de favoriser un certain type de livres et de préférer une lecture qualitative à une lecture quantitative. Nous ne nous attarderons pas ici sur ces implications que nous avons déjà passées en revue dans le chapitre précédent à travers les analyses de l'image de l'athlète chez Épictète et surtout à travers la métaphore alimentaire chez Sénèque.

### *Usage de l'écriture : dimension subjective*

Tandis que le premier thème consiste essentiellement à admettre la possibilité du bon usage des indifférents, choses ou personnes, le troisième thème, qui concerne l'assentiment. Il s'apparente en quelque sorte à la mise en pratique de ce « bon usage » à travers l'utilisation des représentations :

Le troisième appartient à ceux qui sont déjà en train de progresser, et il a pour objet de leur assurer la sécurité dans les domaines que je viens de mentionner, pour éviter qu'une représentation qui n'aurait pas été examinée ne s'impose à eux à leur insu, même dans leur sommeil, même quand ils sont un peu ivres ou plongés dans la mélancolie. (Τρίτος ἐστὶν ὁ ἤδη τοῖς προκόπτουσιν ἐπιβάλλον, ὁ περὶ τὴν αὐτῶν τούτων ἀσφάλειαν, ἵνα μὴδ' ἐν ὕπνοις λάθῃ τις ἀνεξέταστος παρελθοῦσα φαντασία μὴδ' ἐν οἰνώσει μὴδὲ μελαγχολῶντος.)<sup>17</sup>

Une représentation (ἡ φαντασία) est une impression de l'âme qui montre à la fois elle-même et ce qui l'a produite, qui manifeste à la partie directrice de l'âme (τὸ ἡγεμονικόν) les choses extérieures qui affectent nos organes sensoriels, mais aussi des objets non-sensibles<sup>18</sup>. Cette représentation, la partie directrice de l'âme peut lui donner ou pas son assentiment (ἡ συγκατάθεσις) c'est-à-dire l'admettre comme vraie ou la rejeter comme fausse<sup>19</sup>. Par ailleurs, lorsque l'assentiment est donné à une représentation « impulsive », c'est-à-dire présentant un objet comme approprié ou non et suggérant une action convenable (καθεκόν) à son égard, se

---

<sup>16</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 17, 18 (nous soulignons).

<sup>17</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 2, 5 (nous soulignons).

<sup>18</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 223.

<sup>19</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 218.

produit dans l'âme une impulsion (ἡ ὁρμή) entraînant immédiatement une action<sup>20</sup>. Ainsi se retrouve réduit tout le domaine de la pratique, de l'éthique stoïcienne à celui des représentations, des jugements que l'on se fait des choses :

Il est nécessaire que tout un chacun fasse usage de chaque chose en fonction de la conception qu'il s'en fait. (Ἐπειδὴ τοίνυν ἀνάγκη πάνθ'ὄντινούν οὕτως ἐκάστω χρῆσθαι ὡς ἂν περὶ αὐτοῦ ὑπολάβῃ.)<sup>21</sup>

Puisque toutes nos actions et nos réactions à l'égard d'une situation dépendent de la représentation que nous portons sur elle, la voie semble simple pour réformer notre conduite : travailler sur nos représentations. Voici ce que dit Marc Aurèle :

Tout est jugement et cela dépend de toi. Donc supprime le jugement quand tu le veux, et, comme pour le navire qui a doublé le cap, c'est le calme, l'immobilité totale, le golfe sans vague. (Ὅτι πάντα ὑπόληψις καὶ αὕτη ἐπὶ σοί. Ἄρον οὖν ὅτε θέλεις τὴν ὑπόληψιν καὶ ὥσπερ κάμψαντι τὴν ἄκραν γαλήνη, σθαπερὰ πάντα καὶ κόλπος ἀκύμων.)<sup>22</sup>

Pour parvenir à comprendre toute la portée de ces deux phrases au contenu elliptique et concentré, il faut se tourner vers la théorie stoïcienne des passions. Pour les stoïciens, les représentations sont à l'origine des passions qui, en tant qu'éléments perturbateurs et troublants de l'âme, sont les principales entraves au bonheur. Ainsi, l'éthique stoïcienne consiste à se libérer des passions pour atteindre l'apathie qui garantit la tranquillité de l'âme et donc le bonheur.

Une passion est un mouvement de l'âme irrationnel et contraire à la Nature. Une passion s'oppose en effet à la raison, principe immanent qui nous anime mais qui anime aussi le monde. Par conséquent, si la passion s'oppose à la raison, elle s'oppose également à la Nature. Par ailleurs, ce mouvement irrationnel et contraire à la Nature qu'est la passion résulte d'un mauvais usage de la partie directrice de l'âme qui donne son assentiment à une fausse représentation d'un objet rencontré. Ainsi donc, pour se débarrasser d'une passion, il faut changer la représentation qui est à l'origine de cette passion :

Mais toi tu es sans ressort, et difficile à contenter : si tu es seul, tu parles d'isolement ; si tu vis avec les hommes, tu les traites d'individus insidieux, de brigands, tu adresses des reproches même à tes parents, à tes enfants, à tes frères et à tes voisins. *Quand tu es seul, tu devrais plutôt appeler cette solitude tranquillité et liberté, et te jurer semblable aux dieux ; si tu te trouves au milieu de beaucoup de monde, tu ne devrais pas parler de foule, de vacarme, d'écœurement, mais de réjouissance, de fête solennelle, et ainsi tout accueillir avec contentement.* (Ἐδεῖ δὲ μόνον μένοντα ἡσυχίαν καλεῖν αὐτὸ καὶ ἐλευθερίαν καὶ ὅμοιον τοῖς θεοῖς ἡγεῖσθαι αὐτόν, μετὰ

<sup>20</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 219.

<sup>21</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 3, 4 (nous soulignons).

<sup>22</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 22 (nous soulignons).

πολλῶν δ' ὄντα μὴ ὄχλον καλεῖν μηδὲ θόρυβον μηδ' ἀηδίαν, ἀλλ' ἑορτὴν καὶ πανήγυριν καὶ οὕτως πάντα εὐαρέστως δέχεσθαι.)<sup>23</sup>

Dans cet extrait, Épictète recommande un remplacement des « mauvaises » opinions qui tourmentent l'âme par d'autres « bonnes » qui offrent une vision plus positive du monde. Les deux phrases de Marc Aurèle ci-dessus sont de la même veine. Il ne tient qu'à nous de nous débarrasser d'une fausse représentation dont l'assentiment a conduit à une passion puisque toute représentation dépend de nous. L'image du navire qui a doublé le cap et se retrouve en mer calme représente le philosophe qui a réussi à supprimer une fausse représentation et se retrouve exempt de passion.

Cependant, ce travail sur les représentations n'est pas une affaire purement théorique ou intellectuelle<sup>24</sup>. Il s'agit d'un travail de façonnement qu'Épictète appelle « usage correct des représentations » :

En conséquence, il faut d'abord que tu purifies ton principe directeur et te fixes le programme suivant : « Désormais ma pensée est pour moi la matière à ouvrir, comme le bois pour le charpentier, comme le cuir pour le cordonnier ; mon travail, c'est l'usage correct des représentations. » ('Νῦν ἐμοὶ ὕλη ἐστὶν ἡ ἐμὴ διάνοια, ὡς τῷ τέκτονι τὰ ξύλα, ὡς τῷ σκυτεῖ τὰ δέρματα· ἔργον δ' ὀρθὴ χρῆσις τῶν φαντασιῶν.)<sup>25</sup>

Quel est donc cet usage ? L'évaluation et la discrimination des représentations par la raison :

C'est pourquoi la tâche du philosophe, la première et principale, est d'évaluer ces représentations, de les distinguer, de n'en accepter aucune qui n'ait été évaluée. (Διὰ τοῦτο ἔργον τοῦ φιλοσόφου τὸ μέγιστον καὶ πρῶτον δοκιμάζειν τὰς φαντασίας καὶ διακρίνειν καὶ μηδεμίαν ἀδοκίμαστον προσφέρεσθαι.)<sup>26</sup>

Évaluer et distinguer une représentation que nous nous faisons d'un objet consiste à faire la différence entre l'objet lui-même et l'objet tel qu'il nous apparaît. En d'autres termes, il faut distinguer le phénomène (τὸ πράγμα), ce qui ne dépend pas nous, du jugement (τὸ δόγμα), ce qui dépend de nous :

Quelqu'un se baigne rapidement ; ne dis pas : « Il se baigne mal », mais : « Il se baigne rapidement. » Quelqu'un boit beaucoup de vin, ne dis pas : « Il boit mal », mais : « Il boit beaucoup de vin. » *Car, avant de savoir le jugement qui détermine son action, comment peux-tu savoir qu'il agit mal ? De cette manière, il ne t'arrivera pas d'avoir une représentation adéquate de certaines choses, tout en donnant pourtant ton assentiment à d'autres tout à fait différentes, dont tu n'as pas une représentation adéquate.* (Πρὶν ἢ γὰρ διαγνῶναι τὸ δόγμα,

<sup>23</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 12, 20-21 (nous soulignons).

<sup>24</sup> BÉNATOUIL (2009), p. 105.

<sup>25</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 22, 19-20 (nous soulignons).

<sup>26</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 20, 7 (nous soulignons).

πόθεν οἶσθα εἰ κακῶς; οὕτως οὐ συμβήσεται σοι ἄλλων μὲν φαντασίας καταληπτικὰς λαμβάνειν, ἄλλοις δὲ συγκατατίθεσθαι.)<sup>27</sup>

À travers ces quelques lignes, nous comprenons que nous ne devons donc pas critiquer nos représentations, mais bien maîtriser la manière dont nous y réagissons et les interprétons, c'est-à-dire notre assentiment et nos opinions<sup>28</sup>. C'est pourquoi parmi les trois thèmes d'exercices nécessaires au philosophe, aucun ne concerne les représentations en elles-mêmes et le troisième est consacré à l'assentiment. Pour manipuler de manière critique les représentations, pour les examiner, les trier et les corriger, il existe dans la philosophie stoïcienne un ensemble de procédés et d'exercices classés en fonction des trois parties de la philosophie : éthique, logique et physique.

Les techniques éthiques consistent à appliquer la distinction éthique fondamentale entre ce qui dépend de nous et ce qui ne dépend pas de nous :

Exerce-toi donc à ajouter d'emblée à toute représentation pénible : « Tu n'es qu'une pure représentation et tu n'es en aucune manière ce que tu représentes. » (Εὐθὺς οὖν πάσῃ φαντασίᾳ τραχέια μελέτα ἐπιλέγειν ὅτι 'φαντασία εἶ, καὶ οὐ πάντως τὸ φαινόμενον.') Ensuite examine cette représentation et éprouve-la à l'aide des règles qui sont à ta disposition, premièrement et surtout à l'aide de celle-ci : faut-il la ranger dans les choses qui dépendent de nous ou dans les choses qui ne dépendent pas de nous ? Et si elle fait partie des choses qui ne dépendent pas de nous, que te soit présent à l'esprit que cela ne te concerne pas.<sup>29</sup>

Une fois une représentation décelée, il convient de la soumettre à la règle de vie fondamentale qui distingue les objets qui dépendent de nous des objets qui ne dépendent pas de nous. Selon la catégorie à laquelle appartient l'objet, nous agissons ou pas. Cette règle, qui permet de trier nos représentations et leurs objets et de décider de notre réaction à leur égard<sup>30</sup>, n'est pas toujours facile à appliquer. Certaines représentations nous entraînent du fait de leur intensité qui suscite parfois en nous une émotion spontanée<sup>31</sup>. Il est néanmoins possible et nécessaire de ne pas se laisser entraîner en retardant notre action volontaire pour prendre de la distance et refuser notre assentiment :

Si tu lui opposes les pensées suivantes, tu vaincras ta représentation, au lieu d'être entraîné par elle. Tout d'abord, ne te laisse pas saisir par sa vivacité, mais dis : « Attends un peu, ô ma représentation, laisse que je voie ce que tu es et quel est ton objet, laisse-moi t'évaluer. » Ensuite, ne lui permets pas de se développer et de déployer la série de ses tableaux, sinon elle te possède et te conduit où elle veut. (Τὸ πρῶτον δ' ὑπὸ τῆς ὀξύτητος μὴ συναρπασθῆς, ἀλλ'

---

<sup>27</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 45 (nous soulignons).

<sup>28</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 108-109.

<sup>29</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 1, 5 (nous soulignons). Voir aussi ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 8.

<sup>30</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 3, 14-19.

<sup>31</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 112.

εἰπέ 'ἔκδεξαι με μικρόν, φαντασία· ἄφες ἴδω τίς εἶ και περι τίνος, ἄφες σε δοκιμάσω.' Καὶ τὸ λοιπὸν μὴ ἐφῆς αὐτῇ προάγειν ἀναζωγραφούση τὰ ἐξῆς. Εἰ δὲ μή, οἴχεται σε ἔχουσα ὅπου ἂν θέλη.)<sup>32</sup>

Pour toute représentation, et plus particulièrement pour celles qui suscitent une émotion vive, il faut procéder à une évaluation qui consiste à distinguer l'objet de l'opinion pour se rappeler que ce n'est pas l'objet lui-même mais l'opinion sur l'objet qui nous trouble. L'opposition à une représentation contraire, l'insertion de la représentation dans un temps allongé et surtout la préparation à résister aux représentations intenses en méditant chaque jour sur les objets, sont autant d'autres techniques éthiques de travail sur les représentations.

De manière générale, on constate que tous ces procédés ne font que répéter, rappeler la règle selon laquelle il ne faut pas se soucier des choses qui ne dépendent pas de nous, en y ajoutant parfois un conseil pour y parvenir plus facilement. L'aspect répétitif, voire tautologique de cette règle résulte non seulement de la difficulté fréquente à mettre en pratique ce qui a été appris mais aussi de son usage dialectique<sup>33</sup>. À travers cette règle, il s'agit en effet de mettre en évidence, de manière implicite ou explicite, les erreurs et contradictions logiques dans nos opinions afin de les abandonner au profit de jugements cohérents. Ainsi, les techniques dialectiques consistent en l'énumération des conséquences nécessaires à nos actions :

Si tu vas te baigner, représente-toi ce qui arrive dans un établissement de bain : les gens qui t'aspergent d'eau, qui te bousculent, t'injurient, te volent. (Ἐὰν λουσόμενος ἀπίης, πρόβαλλε σεαυτῷ τὰ γινόμενα ἐν βαλανείῳ, τοὺς ἀπορραίνοντας, τοὺς τοὺς ἐνσειομένους, τοὺς λοιδοροῦντας, τοὺς κλέπτοντας.)<sup>34</sup>

Cette technique d'anticipation permet de se préparer à ce qui va arriver : si nous voulons nous baigner, alors il ne faut pas craindre d'être bousculé, injurié et volé. Elle permet aussi de vérifier que notre impulsion est en adéquation avec le cours des choses : si nous voulons nous baigner mais que nous ne voulons pas être bousculés, injuriés, volés, alors il ne faut pas se rendre dans un établissement de bain. La dialectique consiste également en des procédés de comparaison et de généralisation pour mettre en lumière l'incohérence de certaines réactions ainsi qu'en l'utilisation de termes propres pour décrire un objet de la manière la plus neutre possible.

Les techniques physiques permettent d'objectiver les représentations à travers deux procédés : la dissolution des choses et de leurs attraits en éléments ou aspects de piètre valeur

---

<sup>32</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 18, 24 (nous soulignons).

<sup>33</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 113.

<sup>34</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 4 (nous soulignons).

et la contextualisation des choses dans un cadre plus large. Le but de ces deux techniques est de nous faire adopter le point de vue de la Nature, source unique et rationnelle de tout ce qui existe, afin de simultanément relativiser et justifier l'existence de chaque objet, qui finalement n'est qu'une partie du monde<sup>35</sup> :

Tout ce qui est matériel s'évanouit en un instant dans la substance universelle ; toute cause rentre en un instant dans la substance universelle ; tout souvenir s'ensevelit en un instant dans l'éternité. (Πᾶν τὸ ἔνυλον ἐναφανίζεται τάχιστα τῇ τῶν ὅλων οὐσία καὶ πᾶν αἴτιον εἰς τὸν τῶν ὅλων λόγον τάχιστα ἀναλαμβάνεται καὶ παντὸς μνήμη τάχιστα ἐγκαταχώννυται τῷ αἰῶνι.)<sup>36</sup>

Ces techniques éthiques, dialectiques et physiques, bien qu'elles soient différentes, et même opposées à certains égards, convergent vers un même objectif d'accès authentique aux choses dans le but de corriger nos habitudes et nos opinions défectueuses. Elles forment ainsi une véritable méthode qui permet de guérir l'âme de ses erreurs et de ses passions, mais aussi de forger en elle de bonnes habitudes en réveillant ou même en créant continuellement des représentations qui sont en adéquation avec la Nature<sup>37</sup>.

Cette méthode d'examen des représentations consiste donc à mettre en lumière des fausses représentations et à remplacer celles-ci par d'autres correctes et conformes. Ces dernières sont assurées, du point de vue de la pratique de la philosophie stoïcienne, par l'usage de l'écriture en tant que sujet qui consiste en l'assimilation des principes, des dogmes et des doctrines.

### ***Usage de la lecture couplée à l'écriture***

Nous venons de voir le rapport qu'entretiennent respectivement la lecture et l'écriture avec l'usage. Or, nous savons que c'est ensemble, couplée l'une à l'autre, qu'elles sont effectives en formant un exercice spirituel à part entière. Il nous semble pertinent de terminer ce chapitre en examinant l'usage global qu'il convient de faire de la lecture couplée à l'écriture. Pour comprendre en quoi consiste cet usage, il faut faire appel à la théorie des lieux d'Épictète :

Le lieu qui est le premier et le plus nécessaire en philosophie est celui de l'application des principes (Ὁ πρῶτος καὶ ἀναγκαιότατος τόπος ἐστὶν ἐν φιλοσοφίᾳ ὁ τῆς χρήσεως τῶν δογμάτων), par exemple, le lieu : ne pas mentir. Le deuxième est celui des démonstrations (Ὁ δεύτερος ὁ τῶν ἀποδείξεων), par exemple : pourquoi ne faut-il pas mentir ? Le troisième est celui qui confirme et analyse les deux premiers (Τρίτος ὁ αὐτῶν τούτων βεβαιωτικὸς καὶ διαρθρωτικὸς), par exemple, pourquoi ceci est une démonstration ? Qu'est-ce qu'une

---

<sup>35</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 119. C'est ce que nous avons appelé la « conscience cosmique ».

<sup>36</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 10.

<sup>37</sup> BÉNATOUÏL (2009), p. 120-122.

démonstration, une conséquence logique, une contradiction, qu'est-ce que le vrai, qu'est-ce que le faux ? Ainsi le troisième lieu est nécessaire à cause du deuxième et le deuxième à cause du premier. Mais ce qui est le plus nécessaire, et sur lequel il faut se reposer, c'est le premier. Pourtant nous faisons tout le contraire. Nous passons tout notre temps dans le troisième et c'est à lui que va tout notre zèle, et nous ne nous soucions pas du tout du premier. (Ὁ δὲ ἀναγκαιότατος καὶ ὅπου ἀναπαύεσθαι δεῖ, ὁ πρῶτος. Ἡμεῖς δὲ ἔμπαλιν ποιούμεεν· ἐν γὰρ τῷ τρίτῳ τόπῳ διατρίβομεν καὶ περὶ ἐκεῖνόν ἐστιν ἡμῖν ἢ πᾶσα σπουδὴ, τοῦ δὲ πρώτου παντελῶς ἀμελοῦμεν.) Voilà donc la raison pour laquelle nous mentons, mais comment l'on démontre qu'il ne faut pas mentir, voilà ce que nous avons à présent à l'esprit.<sup>38</sup>

Épictète distingue trois lieux qui correspondent à trois façons de pratiquer la philosophie. Il ne s'agit pas de trois domaines dans lesquels philosopher ni de trois objets à cultiver à travers la philosophie (contrairement à la triade désir-devoir-jugement). Il s'agit de trois niveaux de l'activité philosophique : l'application des principes, la démonstration des principes et l'explication de la démonstration des principes. Dans ce texte, Épictète dénonce le fait que, bien que le premier niveau, celui de la mise en pratique, de l'usage, soit le plus nécessaire et confère aux deux autres leur nécessité, nous avons tendance à privilégier ces derniers, la ratiocination philosophique et l'explication brillante. Il invite donc à passer au premier niveau, celui de la mise en application, c'est-à-dire l'usage.

Si nous transposons cette théorie à la lecture et à l'écriture, cela signifie qu'il faut quitter la démonstration des thèses et l'explication des textes, pour attaquer leur mise en œuvre dans la vie concrète. Il est évident que la pratique se subordonne aux deux autres, dans la mesure où elle requiert la connaissance et la démonstration pour avancer. Mais il ne faut pas oublier qu'inversement la connaissance et la démonstration n'ont d'utilité qu'en vue de la pratique. Par conséquent, faire usage, et même faire bon usage, de la lecture en la concevant dans la perspective d'un exercice spirituel, implique de modifier son rapport au texte et de faire en sorte que les contenus se transforment en actes :

Elle est grande, l'injustice des hommes instruits ! Est-ce donc cela que tu as appris ici ? Ne veux-tu pas abandonner à d'autres les petits raisonnements que l'on fait là-dessus, à ces petits hommes vite fatigués, pour leur permettre, assis dans leur coin, de toucher leurs petits salaires, ou de grogner que personne ne leur donne rien ? *Mais toi, ne veux-tu pas publiquement faire usage de ce que tu as appris ? Ce ne sont pas, en effet, les petits raisonnements qui manquent aujourd'hui : les livres des Stoïciens en sont pleins. Qu'est-ce donc qui manque ? L'homme qui en fera usage, qui témoignera dans les faits en faveur de ces raisonnements.* (Σὺ δὲ χρῆσθαι παρελθὼν οἷς ἔμαθες; οὐ γὰρ λογάρια ἐστὶ τὰ λείποντα νῦν, ἀλλὰ γέμει τὰ βιβλία τῶν Στωικῶν λογαρίων. Τὶ οὖν τὸ λειπὸν ἐστίν; ὁ χρησόμενος, ὁ ἔργῳ μαρτυρήσων τοῖς λόγοις.)<sup>39</sup>

<sup>38</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 52 (nous soulignons).

<sup>39</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 29, 54-57 (nous soulignons).

Épictète dénonce encore cette tendance à privilégier les « petits raisonnements », c'est-à-dire les démonstrations et les explications, dont les livres sont remplis, et encourage à en faire usage, c'est-à-dire les appliquer concrètement dans la vie. Par ailleurs, il se moque de ceux qui se contentent des deux premiers niveaux de l'activité philosophique en les présentant comme des philosophes fainéants et superficiels, qui pratiquent la philosophie en surface en n'allant pas au bout du processus philosophique et qui la relèguent donc au rang d'ornement, de faire-valoir, comme un salaire. Ce qui doit changer par rapport à une culture ornementale, ce n'est pas tant le contenu du savoir – par exemple, il ne faut pas s'intéresser plus aux choses humaines qu'aux choses naturelles, aux proches plus qu'aux lointaines – que la façon d'envisager ces connaissances : non en elles-mêmes ou pour briller en société, mais en relation avec soi, de façon à ce qu'elles modifient ce que nous sommes.

Tel est donc l'usage qu'il convient de faire de la lecture et de l'écriture : produire une transformation de l'individu, au sens où son comportement, ses actions, ses décisions doivent intégrer les règles, les thèses et les arguments qu'il apprend à travers l'usage objectif de la lecture et assimilent à travers l'usage subjectif de l'écriture. Pour ce faire, il faut mettre la ratiocination philosophique et l'explication brillante au service de la pratique.



## Conclusion

Dans cette première partie théorique, nous avons voulu démontrer la conception stoïcienne de la lecture et de l'écriture en tant que pratiques philosophiques à finalité éthique. Nous sommes partis d'un extrait tiré d'un entretien d'Épictète intitulé *Du progrès*, dans lequel sont mises en avant la fonction propédeutique et la mise en pratique de la lecture et de l'écriture. En suivant la trame de cet extrait, nous avons pu répondre de manière précise aux questions de la définition, de l'utilité et du fonctionnement de ces deux pratiques aussi bien sur le plan concret de la vie que sur le sur plan doctrinal stoïcien.

Nous avons d'abord replacé la lecture et l'écriture au cœur du processus, du système des exercices spirituels auquel doit se livrer quotidiennement tout philosophe pour opérer la transformation, la conversion qu'exige la philosophie en tant que mode de vie, art de vivre, manière d'être. En lisant et écrivant ce qu'il a lu, puis en relisant ce qu'il a écrit pour le mémoriser et le méditer, le philosophe se constitue un noyau de principes et de dogmes systématique, très concentré, à forte efficacité psychique et suffisamment maniable pour l'avoir toujours sous la main. Ce noyau théorique permet, dans une situation de vie concrète, de se replacer instantanément dans la disposition fondamentale dans laquelle on doit vivre, celle de la sagesse. C'est ce que nous avons appelé la fonction propédeutique de la lecture et de l'écriture qui sont une préparation à la vie.

Nous avons vu que la lecture et l'écriture forment un couple de pratiques indissociables, un exercice spirituel à part entière qui constitue la base, le point de départ de tout l'enseignement doctrinal stoïcien et de la vie philosophique stoïcienne. À travers ses lectures, le philosophe recherche et apprend un certain nombre de connaissances et de doctrines sur le monde, sur l'homme et sur la vie. Pour les maîtriser et les assimiler, il doit se livrer à un travail d'écriture dans lequel il médite et mémorise celles-ci en les rédigeant sous la forme de principes, de dogmes, de règles et d'exemples. Cette maîtrise et cette assimilation par l'écriture sont telles que les principes, dogmes, règles, exemples opèrent une transformation sur le philosophe. C'est ce que nous avons appelé, en reprenant le terme de Michel Foucault, la fonction *éthopoïétique* de la lecture et de l'écriture qui sont des opérateurs de la théorie en pratique, de la vérité en ἦθος et qui, à ce titre, réalisent l'essence même de la philosophie en tant que manière d'être et de vivre.

Nous avons ensuite étudié la façon dont cette conception particulière de la philosophie et des exercices spirituels est enseignée et expliquée par les philosophes stoïciens. Nous nous

sommes attardée sur le procédé stylistique de la comparaison que nous avons analysé en tant que contenu idéologique et en tant que processus persuasif et pédagogique. Dans ses *Entretiens*, Épictète utilise de manière récurrente l'image de l'athlète autour de laquelle il crée toute une série d'analogies et de parallélismes pour expliquer à ses disciples le fonctionnement et le but des exercices spirituels. Dans ses *Lettres*, Sénèque a fréquemment recours à la métaphore alimentaire pour faire comprendre à son ami Lucilius pourquoi et comment il faut lire et écrire. À travers ces deux univers de comparaisons, les aspects principaux de la lecture et de l'écriture en tant qu'exercices spirituels sont envisagés avec plus ou moins d'insistance et de nuance : pratique quotidienne, transformation de soi, action conforme à un modèle de vie, capacité à surmonter les difficultés.

Par ailleurs, nous avons étudié, à travers l'analyse de deux entretiens d'Épictète et une lettre de Sénèque, l'impact du processus comparatif sur le philosophe. D'une part, il permet d'attirer l'attention et la réflexion en l'accrochant à quelque chose de familier, de concret, en l'occurrence ici la figure de l'athlète ou l'alimentation, pour ensuite l'emmener vers des considérations de plus en plus théoriques, abstraites. D'autre part, il rend le discours philosophique systématique au sens où il fournit au philosophe une image simple, facile à retenir derrière laquelle se cache tout un édifice spéculatif qu'il peut reconstruire à partir de celle-ci. En ce sens, la comparaison est une forme d'écriture qui opère formellement la fonction *éthopoïétique* des exercices spirituels et qui fait du discours philosophique un exercice spirituel à part entière.

Nous avons enfin examiné ce qu'implique la pratique de la lecture et de l'écriture sur le plan doctrinal stoïcien. C'est dans la notion d' « usage » que nous avons trouvé nos réponses. Dans le stoïcisme, en effet, tout est question d'usage. Ainsi il convient de faire bon usage de la lecture et de l'écriture, séparées et couplées. L'usage de la lecture consiste à apprendre, celui de l'écriture à assimiler et celui de la lecture couplée à l'écriture à dépasser les niveaux de la démonstration des thèses et de l'explication des textes pour passer à celui de la mise en application. On lit et on écrit non pas pour thésauriser et spéculer sur le contenu de certains textes, mais pour transformer ce contenu en actes.

Par ailleurs, nous avons vu que la lecture et l'écriture, en tant qu'exercices spirituels, sont au cœur de l'éthique stoïcienne qui consiste essentiellement en l'usage correct des représentations. User correctement d'une représentation signifie : d'abord, lui appliquer la règle de vie fondamentale, à savoir distinguer au sein de celle-ci ce qui dépend de nous, le jugement que l'on pose dessus, de ce qui ne dépend pas de nous, l'objet, le phénomène en lui-même ;

ensuite, agir sur ce qui dépend de nous, sur notre jugement, pour le rendre conforme à la nature de l'objet, du phénomène ; enfin, donner notre assentiment à ce jugement correct et poser un acte correct. En effet, avoir une conception et une opinion des choses conformes à leur nature permet d'agir conformément et en harmonie avec la Nature, garantie de l'apathie et de la tranquillité de l'âme, gage de bonheur, et donc ultime objectif de la philosophie stoïcienne. Cette conception correcte des choses découle d'une bonne et solide théorie de la connaissance que le philosophe apprend et assimile à travers la lecture et l'écriture des textes et qu'il s'exerce à maîtriser au moyen de toute une série de procédés éthiques, logiques et physiques. En ce sens, la lecture et l'écriture sont des techniques de transformation de soi par la manipulation critique des représentations qu'elles examinent, trient, corrigent, suppriment et créent.

La seconde partie de ce travail est consacrée à l'étude de la façon dont ce cadre théorique fonctionne concrètement chez Épictète, Marc Aurèle et Sénèque. Pour la clarté de notre exposé, nous envisagerons successivement les *Entretiens* et le *Manuel*, les *Pensées* et les *Lettres*, de manière à mettre en évidence ce qui est particulier à chacune de ces œuvres sur le plan de leur forme et de leur contenu à la lumière des considérations que nous avons développées dans la première partie de ce travail. Par ailleurs, nous étudierons également pour chacune d'entre elles la façon dont leur auteur mobilise des œuvres philosophiques et littéraires au moyen de citations. Cette étape sera l'occasion de faire un recensement chiffré de ces citations pour découvrir quels auteurs et quelles œuvres sont utilisés et dans quelle mesure ces textes participent à l'exercice spirituel de la lecture et de l'écriture<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Dans le domaine des études d'intertextualité, les hellénistes et les latinistes s'intéressent aux citations depuis des siècles. De nombreux philologues se sont ingéniés à relever et à répertorier les citations d'auteurs grecs et latins chez des auteurs, grecs et latins également, d'époques postérieures. Au sujet du traitement des citations dans les recherches intertextuelles en philologie classique, nous renvoyons à deux ouvrages généraux récents qui se focalisent sur les modalités et les mécanismes de la citation : DARBO-PESCHANSKI C. (dir.), *La Citation dans l'Antiquité : actes du colloque du PARSA*, Lyon, ENS LSH, 6-8 novembre 2002, Grenoble, Jérôme Millon, 2004 et NICOLAS C. (dir.), « *Hôs epath'* », « *dixerit quispiam* », « *comme disait l'autre* » : *mécanismes de la citation et de la mention dans les langues de l'Antiquité*, Grenoble, Université Stendhal-Grenoble III, 2006.

## **SECONDE PARTIE**

### **La conception stoïcienne de la littérature et de l'écriture à l'œuvre chez Épictète, Marc Aurèle et Sénèque**

## CHAPITRE PREMIER : Épictète : la lecture des *Entretiens* et l'écriture du *Manuel*

Le statut d'Épictète détermine la façon d'examiner la fonction que prennent chez lui la lecture et l'écriture. Son activité philosophique était purement orale. Ce que l'on appelle improprement son œuvre correspond à ce que nous a transmis son disciple Arrien, à quoi s'ajoutent quelques fragments et témoignages puisés chez d'autres auteurs connus ou anonymes<sup>1</sup>. Dans ces conditions, pour étudier la pratique de la lecture et de l'écriture en tant qu'exercice spirituel chez Épictète, nous nous intéresserons en réalité à Arrien<sup>2</sup>, en prenant le point de vue non pas du maître, mais de l'élève. Il nous semble en effet que les deux ouvrages rédigés par Arrien autour de l'enseignement d'Épictète – les *Entretiens* et le *Manuel* – peuvent être considérés comme une illustration de son parcours, son processus, sa pratique de l'exercice spirituel de la lecture et de l'écriture. Dans cette optique, les *Entretiens* correspondraient à l'étape de la lecture comme apprentissage et le *Manuel* à l'étape de l'écriture comme assimilation. Nous analyserons chacune de ces œuvres successivement pour en faire ressortir les particularités.

Les *Entretiens* renvoient à une réalité d'enseignement oral et d'éducation philosophique dispensés dans le contexte d'une école. Ils sont la trace de cette étape d'enseignement et

---

<sup>1</sup> L'héritage d'Épictète se compose de trois ensembles inégaux. Le premier correspond aux *Entretiens* (Διατριβαί) rédigés par Arrien à partir des leçons entendues à Nicopolis. C'est l'ensemble le plus important en termes de quantité et de qualité d'information. Le deuxième est le *Manuel* (Ἐγγχειρίδιον). Il s'agit d'une sorte d'abrégé de l'enseignement d'Épictète composé par le même Arrien, peut-être à partir des *Entretiens* ou d'écrits du même genre. Il est censé contenir l'essentiel de la pensée du maître dans un format plus maniable, « de poche ». Le troisième ensemble est composé d'une série de fragments issus de sources diverses. La principale est l'*Anthologie* de Jean Stobée, dans laquelle se trouvent des passages d'Arrien provenant d'ouvrages qui ne nous sont pas parvenus. Il y a également deux morceaux assez importants des *Nuits Attiques* d'Aulu-Gelle ainsi que six fragments plus courts empruntés aux *Pensées* de Marc Aurèle. Il existe également une série de *Sentences*, extraites de florilèges plus tardifs, dont l'origine est incertaine et l'attribution à Épictète parfois controversée. Cf. Épictète, *Entretiens, Sentences et Fragments*, introduits et traduits par R. Muller, Paris, Vrin, 2015, p. 12.

<sup>2</sup> Arrien de Nicomédie a suivi les leçons d'Épictète sous le règne de Trajan de 105 à 113. Il est l'élève qui a connu la carrière la plus illustre et la plus diversifiée. Sous Hadrien, il a été consul et en tant que gouverneur de Capadoce, il a dirigé une armée. En parallèle, il a été un auteur prolifique. Il a écrit une histoire d'Alexandre le Grand (*Anabasis*), une histoire de l'Inde, des traités militaires, un essai sur la chasse (*Cynegeticus*). Il a également écrit sur l'histoire et la géographie de sa région natale, la Bithynie. Cette biographie n'est pas sans rappeler celle de Xénophon d'Athènes. Connue pour son *Anabasis* qui retrace l'expédition militaire de Cyrus en Asie mineure et sa participation, il était un historien qui a aussi écrit sur la chasse et l'équitation. Ce qui nous intéresse particulièrement, c'est son association à Socrate, au sujet duquel il a écrit et publié les *Mémorables*. Arrien voulait se présenter comme le Xénophon romain. Dans cette optique, son association avec Épictète, dont il se fait le porte-parole en compilant par écrit ses leçons orales, venait parfaire son imitation. Cf. LONG A.A., *Epictetus. A Stoic and Socratic Guide to Life*, Oxford, Oxford University Press, 2004, p. 38-40.

d'apprentissage philosophique au cours de laquelle Épictète enseigne à ses élèves les principes, les dogmes et les doctrines stoïciens. À travers leur étude, nous analyserons la façon dont Épictète mobilise les textes pour en tirer des enseignements en vue de la pratique de la philosophie. En d'autres termes, nous examinerons comment Épictète applique concrètement le processus de la lecture en tant qu'exercice spirituel tel que nous l'avons défini. Pour ce faire, nous nous intéresserons notamment aux nombreuses citations littéraires qui jalonnent le texte des *Entretiens*.

Le *Manuel*, en tant qu'épitomé des *Entretiens*, correspond à la seconde étape du processus qui, par le travail d'écriture, permet l'assimilation de ce qui a été appris. Il constitue, pour reprendre les termes de John Sellars, « l'archétype d'une forme d'écriture propre à la philosophie conçue comme un art de vivre<sup>3</sup> ». Il répond en effet parfaitement à l'exigence de la vie philosophique stoïcienne<sup>4</sup> : avoir sous la main, en n'importe quelle circonstance de la vie, les principes, les dogmes, les règles de vie, les formules qui permettent de se mettre dans la bonne disposition intérieure pour bien agir ou pour accepter son destin. À travers l'analyse de son contenu, nous démontrerons que le *Manuel* est un texte entièrement tourné vers la mise en pratique et l'application de la théorie des *Entretiens*.

### ***L'apprentissage par les Entretiens***

Pour commencer, il nous semble important de procéder à quelques précisions au sujet des *Entretiens* et de ce à quoi ils correspondent dans la méthode d'enseignement d'Épictète. Commençons par leur titre. Les manuscrits nous le livrent sous le nom de Διατριβαί (Diatribes), pluriel de Διατριβή<sup>5</sup>. Dans cet emploi, le terme désigne un passe-temps, le plus souvent une occupation sérieuse et en particulier les conversations entre gens de lettres ou entre philosophes<sup>6</sup>, d'où l'idée d'entretiens philosophiques<sup>7</sup>. Les *Entretiens* constituent en effet une succession de « discours » adressés par un maître de philosophie à un ou plusieurs interlocuteurs, réels ou fictifs, et plus rarement des conversations ou des dialogues entre les

---

<sup>3</sup> SELLARS (2009), p. 129-130 (nous traduisons).

<sup>4</sup> HADOT P., *La citadelle intérieure. Introduction aux pensées de Marc Aurèle*, Paris, Fayard, 1997<sup>2</sup> [1992].

<sup>5</sup> Pour de plus amples informations sur les titres grecs de cet ouvrage, voir FUENTES GONZALES P. P., art. « Épictète », dans Goulet R., *Dictionnaire des philosophes antiques*, t. III, Paris, 2000, p123-125.

<sup>6</sup> LSJ en ligne : <https://lsj.gr/wiki/διατριβή>

<sup>7</sup> Platon emploie ce mot pour désigner les entretiens de Socrate avec ses interlocuteurs (*Apologie de Socrate*, 37c ; *Charmide*, 153a)

mêmes. Cependant, ils reflètent l'enseignement d'Épictète d'une manière imparfaite et partielle, parce qu'ils ne représentent en réalité que la seconde partie de ses cours<sup>8</sup>.

La première partie des cours d'Épictète était consacrée à la lecture commentée et à l'exégèse des textes des fondateurs de l'école, principalement Chrysippe, mais aussi les autres garants de la tradition orthodoxe, comme Archédème et Antipater. Épictète utilise des auteurs extérieurs à la tradition stoïcienne, tels que Platon, Xénophon, Diogène, Épicure, sans parler d'Homère et des Tragiques<sup>9</sup>. Les *Entretiens* ne nous renseignent pas sur la manière dont Épictète commentait ces auteurs et comment, à cette occasion, il présentait la totalité du système stoïcien en divisant l'exposé selon les trois parties traditionnelles : logique, éthique, physique. Nous savons seulement que cette partie exégétique du cours existait. Les *Entretiens* mentionnent à plusieurs reprises des explications de texte ou des exercices de logique qui venaient d'avoir lieu dans la salle de cours<sup>10</sup>.

Dans la seconde partie du cours, Épictète procède à une discussion avec ses élèves sur ce qui a été appris à l'occasion de la lecture commentée. Les *Entretiens* correspondent à cette partie, qui est la mise en œuvre du discours philosophique proféré dans la première partie du cours<sup>11</sup> :

Et c'est pour cela que les jeunes gens quitteraient leur patrie et leurs parents, pour venir t'entendre expliquer de belles phrases ? *Ne faut-il pas qu'ils rentrent chez eux capables de patience, serviables, exempts de passion, sans trouble, pourvus pour la traversée de la vie de provisions grâce auxquelles ils pourront supporter comme il convient les événements, en orner leur existence ?* (Οὐ δεῖ αὐτοὺς ὑποστρέψαι ἀνεκτικούς, συνηρηγετικούς, ἀπαθείς, ἀταράχους, ἔχοντάς τι ἐφόδιον τοιοῦτον εἰς τὸν βίον, ἀφ' οὗ ὀρμώμενοι φέροι δυνήσονται τὰ συμπίπτοντα καλῶς καὶ κοσμεῖσθαι ὑπ' αὐτῶν;) Et comment peux-tu leur communiquer ce que tu n'as pas ? *As-tu toi-même fait autre chose, depuis le commencement, que de consacrer ton temps à la manière d'analyser les syllogismes, les arguments instables et ceux qui concluent par la façon d'interroger ?* (Αὐτὸς γὰρ ἄλλο τι ἐποίησας ἐξ ἀρχῆς ἢ περὶ ταῦτα κατετριβῆς, πῶς οἱ συλλογισμοὶ ἀναλυθήσονται, πῶς οἱ μεταπίπτοντες, πῶς οἱ τῷ ἡρωτῆσθαι περαίνοντες;)<sup>12</sup>

Cet extrait nous informe sur la façon dont Épictète considère chacune des deux parties de son cours. La première, bien qu'elle soit indispensable, comporte selon lui un certain danger. Le risque est de tomber dans le travers de faire parade de sa subtilité dans l'explication des

---

<sup>8</sup> HADOT P., *Introduction au Manuel d'Épictète*, Paris, Le Livre de Poche, 2000, p. 27-30 et MULLER (2015), p. 14-17.

<sup>9</sup> Nous reviendrons plus en détail sur ce contenu et sur la façon dont Épictète le mobilise à l'occasion de l'analyse des citations des *Entretiens*.

<sup>10</sup> Sur les explications de texte : ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 10, 8 ; II, 21, 10-11 ; III, 21, 7 et sur les travaux logiques : I, 26, 1 et 13.

<sup>11</sup> HADOT (2000), p. 26 et MULLER (2015), p. 16.

<sup>12</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 21, 8-9 (nous soulignons).

textes difficiles et de se contenter de chercher l'admiration de ses élèves au lieu de chercher à provoquer en eux une conversion à une vie meilleure. Cela fait écho à la conception éthique de la lecture et de l'écriture que nous avons définie dans la partie précédente. Dans la théorie des lieux, ces deux travers correspondent respectivement à la ratiocination philosophique et à l'explication brillante. En d'autres termes, du point de vue de l'enseignement, la philosophie ne doit pas se réduire à des exercices de virtuosité logique ou à des recherches stylistiques. Elle doit exhorter les élèves à un changement, à une transformation initiée et guidée par le maître.

Ainsi, le cœur de l'enseignement philosophique d'Épictète réside dans la seconde partie de ses leçons consacrée à la mise en pratique et à la réalisation du discours philosophique. Épictète exprime clairement cette idée quand il dit : « On s'imagine que je dénigre l'étude de la logique et des théorèmes. Je ne la dénigre pas, mais ce que je critique, c'est de ne faire que cela et d'y placer tous ses espoirs.<sup>13</sup> » Pour appuyer son propos, il prend l'exemple de Musonius, son maître :

Rufus avait l'habitude de dire : « Si vous avez le loisir de faire mon éloge, c'est que je ne dis rien qui vaille. » C'est pourquoi il parlait de telle façon que chacun de nous qui étions assis près de lui croyait que quelqu'un lui avait révélé nos défauts, tellement il touchait juste en parlant de ce qui nous arrivait, tellement il mettait devant les yeux de chacun ses propres maux. (Τοιγαροῦν οὕτως ἔλεγεν, ὥσθ' ἕκαστον ἡμῶν καθήμενον οἴεσθαι, ὅτι τις ποτε αὐτὸν διαβέβληκεν· οὕτως ἦπτετο τῶν γιγνομένων, οὕτως τρὸ ὀφθαλμῶν ἐτίθει τὰ ἑκάστου κακά.)<sup>14</sup>

Grâce à cet extrait, nous comprenons l'effet que doit avoir la philosophie du point de vue de l'apprentissage. Pour les élèves, ce qui compte, ce n'est pas d'être capable d'expliquer systématiquement tout Chrysippe ou de résoudre n'importe quel syllogisme, mais bien d'acquérir la paix de l'âme, le sens de la communauté, la capacité de supporter tout ce qui arrive. Ainsi, les notes prises par Arrien, qui reflètent ce moment de l'entretien si essentiel aux yeux d'Épictète, ce moment où la transformation visée par la philosophie est installée et enclenchée, correspondent bien à la méthode et à l'objectif pédagogique de son maître<sup>15</sup>.

Ainsi, nous constatons que les *Entretiens*, dans la pratique de l'exercice spirituel de la lecture et de l'écriture d'Arrien, font partie de la première étape, celle de l'apprentissage. Cette première étape correspond à la réalité des leçons d'Épictète qui avaient lieu en deux temps, celui de la lecture commentée et celui de la discussion au sujet de cette lecture. Il s'agit, à travers ces deux moments, d'une part d'apprendre les dogmes et doctrines de l'école stoïcienne

---

<sup>13</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 23, 46.

<sup>14</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 23, 29 (nous soulignons).

<sup>15</sup> HADOT (2000), p. 26 et MULLER (2015), p. 16.



et d'autre part d'apprendre comment les utiliser, de les activer, en quelque sorte, de manière à ce qu'ils produisent un effet de transformation intérieure. Les *Entretiens* correspondent à ce deuxième temps. À ce titre, ils nous semblent jouer un rôle de passage, de transition entre la lecture et l'écriture, entre l'apprentissage et l'assimilation. Ils sont ce qui oriente l'apprentissage vers son but ultime : l'assimilation qui conduit à la mise en pratique. Ils annoncent, préparent, enclenchent la véritable assimilation qui a lieu à travers l'écriture. Nous examinerons cette étape qui consiste en l'appropriation de ce qui a été appris à l'occasion de l'analyse du *Manuel*.

Pour en apprendre davantage sur la fonction des *Entretiens* dans le cadre de l'exercice spirituel de la lecture et de l'écriture, il nous semble pertinent de répondre aux questions de leur forme et de leur contenu. Pour commencer, regardons la lettre de dédicace qui est située au début des *Entretiens* et qu'Arrien envoie à un certain Lucius Gellius :

Je n'ai pas donné à ces propos d'Épictète la forme littéraire qu'on donnerait aux ouvrages de ce genre, et je ne les ai pas non plus livrés au public en mon nom puisque je n'affirme même pas que j'ai fait œuvre littéraire. Mais tout ce que j'ai entendu de la bouche d'Épictète, j'ai essayé de le transcrire dans ses propres termes, autant que possible, *afin de garder soigneusement des notes en vue de l'avenir pour me souvenir de sa pensée et de son franc-parler* (ὡς οἷόν τε ἦν γραψάμενος ὑπομνήματα εἰς ὕστερον ἑμαυτῷ διαφυλάξαι τῆς ἐκείνου διανοίας καὶ παρρησίας). *Ces propos sont donc, comme il est naturel, du genre de ceux qu'on peut tenir spontanément à autrui, et ne ressemblent pas aux compositions littéraires destinées à de futurs lecteurs.* (Ἔστι δὴ τοιαῦτα ὥσπερ εἰκὸς ὅποια ἂν τις αὐτόθεν ὀρηθεὶς εἴποι πρὸς ἕτερον, οὐχ ὅποια ἂν ἐπὶ τῷ ὕστερον ἐντυγχάνειν τινὰς αὐτοῖς συγγράφοι.) Cela étant, je ne sais comment, contre mon gré et à mon insu, ils sont tombés entre les mains du public. Pour ce qui me concerne, cela n'a pas grande importance que je me montre incapable de faire œuvre littéraire, et pour Épictète cela n'en a aucune que l'on méprise ses propos puisque aussi bien, quand il parlait, son seul désir, de toute évidence, était d'entraîner l'esprit de ses auditeurs vers ce qu'il y a de meilleur. Si donc les propos qui suivent produisent précisément cet effet, on peut dire, je pense, qu'ils ont les qualités que doivent avoir les propos des philosophes. Dans le cas contraire, que ceux qui les ont entre les mains sachent du moins que, lorsqu'il parlait en personne, l'auditeur ne pouvait s'empêcher d'éprouver exactement ce qu'Épictète voulait lui faire éprouver. Et si les présents propos ne produisent pas par eux-mêmes cet effet, peut-être en suis-je responsable, peut-être aussi est-il nécessaire qu'il en soit ainsi. Porte-toi bien.<sup>16</sup>

Dans la première moitié de sa lettre, Arrien insiste sur le fait que son texte se limitait initialement à de simples notes et n'était donc pas destiné au grand public, mais seulement à son usage personnel. Pour ce faire, il oppose deux types de composition littéraire : l'ὑπόμνημα, un ensemble de notes sans prétention littéraire, qui pouvait éventuellement servir de matériau à un ouvrage futur, et le σύνγραμμα, un ouvrage rédigé sous forme littéraire avec un plan étudié et un style recherché. Discuter sur la forme de ce texte et sur la véritable intention d'Arrien

---

<sup>16</sup> Lettre d'Arrien à Lucius Gellius, placée au début des *Entretiens*, paragraphe 1 (nous soulignons).

nous ferait entrer dans des considérations qui dépassent le cadre de la présente étude telle que nous l'avons annoncée au début de ce chapitre<sup>17</sup>. C'est pourquoi nous nous contentons d'énoncer la thèse de Pierre Hadot selon laquelle les *Entretiens* se situent finalement à « un stade intermédiaire entre l'état de pures notes informes, l'ὑπόμνημα, et l'état d'œuvre littéraire complètement et habilement composée, le σύνγραμμα<sup>18</sup> » et de renvoyer à son analyse pour de plus amples informations à ce sujet<sup>19</sup>.

Dans la seconde moitié de sa lettre, Arrien révèle le but recherché par Épictète à travers son enseignement philosophique. Il s'agit, nous l'avons vu, d'enclencher et d'orienter le processus de changement, de transformation intérieure de ses élèves. Cette transformation consiste en l'acquisition de la paix de l'âme, du sens de la communauté et de la capacité à supporter tout ce qui arrive. Épictète revient sur cela à plusieurs reprises dans ses *Entretiens* dont voici un exemple :

Homme, ton but était de te mettre en état d'user conformément à la nature des représentations qui se présentent, d'obtenir ce que tu désires, de ne pas tomber sur ce que tu veux éviter, de ne jamais échouer, de ne jamais être malheureux, d'être libre, de n'être ni empêché ni contraint, d'être en harmonie avec le gouvernement de Zeus, de lui obéir et de t'y complaire, de ne blâmer ni accuser personne, capable enfin de dire ces vers de toute ton âme : « Conduis-moi, Zeus, ainsi que toi, Destinée ... » (Ἄνθρωπε, τὸ προκείμενον ἦν σοι κατασκευάσαι σαυτὸν χρηστικὸν ταῖς προσπιπτούσαις φαντασίαις κατὰ φύσιν, ἐν ὁρέξει, ἀναπότευκτον, ἐν δ' ἐκκλίσει ἀπερίπτωτον, μηδέποτε ἀτυχοῦντα, μηδέποτε δυστυχοῦντα, ἐλεύθερον, ἀκόλυτον, ἀνανάγκαστον, συναρμόζοντα τῇ τοῦ Διὸς διοικήσει, ταύτη πειθόμενον, ταύτη εὐαρεστοῦντα, μηδένα μεμφόμενον, μήδεν' αἰτιώμενον, δυνάμενον εἰπεῖν τούτους τοὺς στίχους ἐξ ὅλης ψυχῆς· ἄγου δέ μ', ὦ Ζεῦ, καὶ σύ γ' ἡ Πεπρωμένη) Et alors que tu vises un pareil but, sous prétexte qu'une petite trouvaille de style te plaît, que certains principes théoriques te plaisent, vas-tu t'y arrêter, choisir de t'y installer à demeure, ayant oublié ce que tu possèdes dans ta demeure à toi, et dire : « Ces choses sont bien jolies » ? Qui donc nie qu'elles soient jolies ? Mais comme un lieu de passage, comme des hôtelleries.<sup>20</sup>

---

<sup>17</sup> La question du rôle joué par Arrien dans la rédaction des *Entretiens* divise les scientifiques. En 1967, Wirth défend la thèse selon laquelle Arrien a voulu, en publiant ses notes de cours, être déjà ce Xénophon qu'il voudra être plus tard par ses différents écrits (Cf. WIRTH T., « Arrians Erinnerungen an Epiktet », *Museum Helveticum* 24 (1967), p. 149-189 et 197-216.) En 1973, Boge met en avant toute une série de techniques sténographiques auxquelles aurait eu recours Arrien (Cf. BOGE H., *Griechische Tachygraphie und Tiromische Noten. Ein Handbuch der antiken und mittelalterlichen Schnellschrift*, Berlin, Akad.-Verl., 1973). Nous avons les thèses plus nuancées de Long (Cf. LONG A. A., « Epictetus and Marcus Aurelius », in LUCE T. J. (ed.), *Ancient Writers II*, New York, 1982, p. 985-1002) et d'HADOT (Cf. HADOT I., *Simplicius : Commentaire sur le Manuel d'Épictète. Introduction et édition critique du texte grec*, Leiden, Brill, 1996). Ajoutons qu'en 1998, Dobbin affirme qu'Épictète a écrit lui-même les *Entretiens* tels que nous les possédons (Cf. DOBBIN R., *Epictetus Discourses Book I*, Oxford, Clarendon Press, 1998). Cette réduction extrême du rôle d'Arrien nous semble peu plausible.

<sup>18</sup> HADOT (2000), p. 33.

<sup>19</sup> HADOT (2000), p. 30-35.

<sup>20</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 23, 42-43 (nous soulignons).

Cet extrait nous servira de transition avec ce qui suit. Il résume en effet assez fidèlement le thème des *Entretiens* qui consiste à pratiquer, à vivre, par opposition à étudier, la philosophie. Par ailleurs, nous remarquons qu'à la fin de son explication du but poursuivi par le philosophe à travers son apprentissage, Épictète cite le début d'un poème de Cléanthe. Placée à un tel endroit, nous supposons que cette citation vient à la fois résumer et appuyer le propos qui vient d'être développé. Ce vers est intéressant parce qu'il se retrouve à quatre reprises dans les *Entretiens*<sup>21</sup>, dont voici la forme la plus complète :

Conduis-moi, Zeus, ainsi que toi, Destinée, au poste, quel qu'il soit, où une fois, vous m'avez placé. (Ἄγου δέ μ', ὦ Ζεῦ, καὶ σύ γ' ἢ Πειρωμένη ὅποι ποθ' ὑμῖν εἰμι διατεταγμένος.)<sup>22</sup>

À travers cette phrase où l'homme apparaît comme chargé par la Divinité d'un poste qu'il doit tenir, d'un rôle qu'il doit exécuter, Cléanthe exprime le consentement total de la volonté de l'homme à la volonté de la Raison personnifiée par Zeus et par la Destinée. Cela fait écho à l'injonction stoïcienne selon laquelle, pour être bon et heureux, il faut vouloir ce qui arrive comme il arrive, il faut vivre en conformité et en harmonie avec la Nature. Dans le cadre de l'*Entretien*, cette citation a pour fonction de résumer, de ramasser, de concentrer le propos qui a été largement déployé en une image. Cette image, qui consiste en une phrase de quelques mots, est donc facile à retenir et à réutiliser. Gardons à l'esprit ce vers de Cléanthe car nous y reviendrons dans la suite du chapitre.

Cette brève analyse est un exemple concret de la façon dont, dans les *Entretiens*, Épictète mobilise et transforme fréquemment des citations en enseignements en vue de la pratique de la philosophie. Penchons-nous donc sans plus attendre sur ces citations que l'on retrouve dans les *Entretiens*. Nous en recensons un total de quatre-vingt-cinq. Les auteurs les plus cités sont Platon<sup>23</sup> (32) et Homère<sup>24</sup> (23). Viennent ensuite Xénophon<sup>25</sup> (8), Euripide<sup>26</sup> (5), Cléanthe<sup>27</sup> (4), Hésiode<sup>28</sup> et Pythagore<sup>29</sup> (2). Nous comptons également des auteurs qui

<sup>21</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 23, 42 ; III, 22, 95 ; IV, 1, 131 ; IV, 4, 34.

<sup>22</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 1, 131 (nous soulignons).

<sup>23</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 24 ; I, 17, 14 ; I, 26, 18 ; I, 28, 4 ; I, 29, 18 (2) ; I, 29, 65-66 ; II, 1, 15 (2) ; II, 2, 15 ; II, 5, 19 ; II, 6, 26 ; II, 12, 5 ; II, 18, 20-22 (2) ; II, 22, 36 ; II, 26, 6 ; III, 1, 19-20 ; III, 1, 42 ; III, 5, 14 ; III, 5, 17 (2) ; III, 22, 26 ; III, 23, 21 (2) ; III, 23, 25 ; III, 26, 28 ; IV, 1, 163 ; IV, 1, 166 ; IV, 1, 172 ; IV, 4, 21 ; IV, 4, 22.

<sup>24</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 12, 3 ; I, 27, 8 ; II, 8, 26 ; II, 13, 13 ; II, 19, 12 ; II, 24, 23 ; III, 1, 38 ; III, 1, 39 ; III, 11, 4 ; III, 22, 30 (3) ; III, 22, 31 ; III, 22, 72 ; III, 22, 80 ; III, 22, 92 ; III, 22, 108 ; III, 24, 13 (2) ; III, 26, 33 ; IV, 8, 32 ; IV, 10, 31 ; IV, 10, 34.

<sup>25</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 17, 12 ; II, 2, 8-9 ; II, 6, 15 ; II, 12, 7-9 ; III, 5, 14 ; III, 23, 20 ; IV, 1, 41 ; IV, 1, 164.

<sup>26</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 28, 7 ; II, 16, 31 ; II, 22, 11 ; II, 22, 14 ; IV, 5, 15.

<sup>27</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 23, 42 ; III, 22, 95 ; IV, 1, 131 ; IV, 4, 34. Il s'agit à chaque fois de la même citation.

<sup>28</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 12, 16 ; II, 18, 32.

<sup>29</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 10, 2-3 ; IV, 6, 32.

n'apparaissent qu'une seule fois : Antisthène<sup>30</sup>, Sophocle<sup>31</sup>, Ésope<sup>32</sup>, Épicure<sup>33</sup>, Bion de Borysthène<sup>34</sup>, Thalès<sup>35</sup>, Ménandre<sup>36</sup>, Aristophane<sup>37</sup> et Euphratès<sup>38</sup>.

Vu le nombre élevé de citations, nous nous limiterons dans notre exposé en nous concentrant sur les auteurs les plus cités. Platon, Homère, Xénophon et Euripide représentent près de 80% des citations contenues dans les *Entretiens*. L'analyse détaillée d'un exemple de citation de chacun d'entre eux nous permettra de déterminer la fonction de la lecture en tant qu'exercice spirituel dans cette première étape du parcours philosophique d'Arrien, celle de l'apprentissage.

Bien que la tradition stoïcienne ne lui soit pas toujours favorable, Épictète ne mentionne jamais Platon pour le critiquer ou prendre ses distances par rapport à lui. De manière générale, il fait référence aux écrits de Platon pour parler de la figure de Socrate, qui apparaît plus de cinquante fois dans les *Entretiens*<sup>39</sup>. Il présente ce dernier comme un modèle, celui du philosophe véritable qui vit sa vie en conformité et en harmonie avec ses convictions<sup>40</sup>. L'exemple le plus frappant et le plus probant de cette attitude idéale est évidemment sa réaction face à sa condamnation :

– Avec pour conséquence que Socrate endure de la part des Athéniens ce qu'il a enduré ? – Esclave ! Socrate ? Que veux-tu dire ? Dis les choses comme elles sont : « Avec pour conséquence que le pauvre corps de Socrate soit emmené et traîné en prison par des gens plus forts, qu'on donne la ciguë au pauvre corps de Socrate, que ce corps refroidisse et meure. » Tu trouves cela étonnant, injuste, c'est cela que tu reproches au dieu ? Socrate n'a-t-il rien eu en échange ? Où mettait-il l'essence du bien ? À qui devons-nous nous fier, à toi ou à lui ? Et que dit-il lui ? « Anytos et Métélos peuvent me faire périr, mais ils ne peuvent me nuire<sup>41</sup>. » (Ἄνυτος καὶ Μέλητος ἀποκτεῖναι μὲν δύνανται, βλάψαι δ'οὐ.) Et encore : « Si cela plaît au dieu, qu'il en soit ainsi<sup>42</sup>. » (Εἰ ταύτη τῷ θεῷ φίλον, ταύτη γινέσθω.)<sup>43</sup>

---

<sup>30</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 17, 12.

<sup>31</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 24, 16.

<sup>32</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 9, 7.

<sup>33</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 23, 21-22.

<sup>34</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 6, 9.

<sup>35</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 13, 15.

<sup>36</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 1, 19-20.

<sup>37</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 5, 37.

<sup>38</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 8, 17.

<sup>39</sup> MULLER (2015), p. 20.

<sup>40</sup> Pour de plus amples informations sur la façon dont Épictète conçoit la figure de Socrate et l'utilise dans l'enseignement de sa philosophie comme un modèle à suivre, voir LONG A.A., *Epictetus. A Stoic and Socratic Guide to Life*, Oxford, Oxford University Press, 2004, p. 67-97.

<sup>41</sup> PLATON, *Apologie de Socrate*, 30c.

<sup>42</sup> PLATON, *Créon*, 43d.

<sup>43</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 29, 16-18 (nous soulignons).

Dans les quelques lignes qui précèdent, Épictète développe une thèse selon laquelle la faculté de choix ne peut être vaincue par rien d'autre que par elle-même<sup>44</sup>. Pour appuyer son propos, il évoque la loi divine qui dit que le supérieur doit toujours l'emporter sur l'inférieur<sup>45</sup>. Selon lui, la véritable infériorité ou supériorité est fonction du jugement<sup>46</sup>. Ainsi, Socrate, victime de gens plus forts que lui, qui l'ont emmené en prison et l'ont contraint à boire la ciguë, est inférieur à eux en ce domaine, à savoir en celui de porter atteinte à son corps, car, nécessairement, un corps est plus fort qu'un autre, plusieurs sont plus forts qu'un seul. En revanche, dans le domaine du bien, il les surpasse par la supériorité de ses jugements.

Lors de sa défense dans le cadre de son procès, Socrate répond à ses accusateurs : « Anytos et Mélétos peuvent me faire périr, mais ils ne peuvent me nuire. » Cette phrase est la preuve qu'il est détaché des choses qui lui sont extérieures. Le terme « périr » renvoie ici au corps, qui ne dépend pas de lui, tandis que le terme « nuire » renvoie à sa faculté de choix, ses jugements, ses idées, bref ce qu'il possède en propre et qui dépend de lui. Il dit aussi : « Si cela plaît au dieu, qu'il en soit ainsi. » Cela fait allusion à cette capacité dont doivent faire preuve les philosophes stoïciens de se soumettre à la volonté de la Nature et à la Nécessité.

À travers l'analyse de ces deux citations, nous constatons que lorsque Épictète cite Platon lors de ses entretiens, ce n'est pas tant pour se positionner par rapport au platonisme<sup>47</sup>, que pour dépeindre la figure philosophique de Socrate qu'il juge idéale. Nous remarquons en effet que sur les trente-deux citations de Platon, vingt-six concernent Socrate<sup>48</sup> et parmi celles-ci, les deux citations ci-dessus reviennent chacune trois fois, une fois ensemble et deux fois séparément<sup>49</sup>. Ainsi, citer Platon permet à Épictète de construire une image forte qui concentre les principes généraux du stoïcisme et représente les attitudes fondamentales qui en découlent. Cette image est celle Socrate qui devient le modèle à imiter et auquel se référer.

---

<sup>44</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 29, 12.

<sup>45</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 29, 13.

<sup>46</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 29, 14-15.

<sup>47</sup> Pour de plus amples informations au sujet de l'influence de la pensée de Platon sur celle d'Épictète, voir Jagu A., *Épictète et Platon. Essai sur la relation entre stoïcisme et platonisme à propos de la morale des Entretiens*, Paris, Vrin, 1946.

<sup>48</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 24 ; I, 26, 18 ; I, 29, 18 (2) ; I, 29, 65-66 ; II, 1, 15 (2) ; II, 2, 15 ; II, 5, 19 ; II, 6, 26 ; II, 12, 5 ; II, 26, 6 ; III, 1, 19-20 ; III, 1, 42 ; III, 5, 14 ; III, 5, 17 (2) ; III, 22, 26 ; III, 23, 21 (2) ; III, 23, 25 ; IV, 1, 163 ; IV, 1, 166 ; IV, 4, 21 ; IV, 4, 22. Les six autres concernent la pensée platonicienne à proprement parler : Épictète, *Entretiens*, I, 17, 14 ; I, 28, 4 ; II, 18, 21 ; II, 22, 36 ; III, 26 ; 28 ; IV, 1, 172.

<sup>49</sup> La citation du *Criton* apparaît en I, 4, 24, en I, 29, 16-18 et en IV, 4, 21 tandis que la citation de l'*Apologie* apparaît en I, 29, 16-18, en II, 2, 16, et en III, 23, 21.

C'est dans cette optique également qu'Épictète cite Xénophon<sup>50</sup> dont voici un exemple de citation dans lequel nous retrouvons le thème de la mort de Socrate<sup>51</sup> :

C'est pourquoi Socrate a fait la réponse suivante à celui qui l'avertissait de se préparer à son procès : « Ne crois-tu pas que je m'y prépare par ma vie entière ? – De quelle préparation parles-tu ? – J'ai, dit-il, sauvé ce qui dépend de moi. – Comment cela ? – Jamais je n'ai commis d'injustice ni en privé ni en public<sup>52</sup>. » ('Οὐ δοκῶ οὖν σοι ἅπαντι τῷ βίῳ πρὸς τοῦτο παρασκευάζεσθαι ;' – 'Ποίαν παρασκευήν ;' – 'Τετήρηκα,' φησίν, 'τὸ ἐπ' ἐμοί.' – 'Πῶς οὖν ;' – 'οὐδὲν οὐδέ ποτ' ἄδικον οὔτ' ἰδίᾳ οὔτε δημοσίᾳ ἔπραξα.')

Dans les quelques lignes qui précèdent cet extrait, Épictète évoque la thèse selon laquelle la faculté de choix est maîtresse, au sens où elle dépend absolument de nous et est libre par nature<sup>54</sup>. Il explique que, dans le cas d'un procès, il ne tient qu'à nous d'accueillir avec désir, et non avec aversion, les mesures que les juges ont prises à notre égard, puisque le désir et l'aversion dépendent de nous<sup>55</sup>. Il n'y a donc pas à s'inquiéter. Épictète se sert du cas de Socrate pour appuyer cette idée. Ce dernier s'est préparé toute sa vie à sauvegarder ce qui dépend de lui et il sait qu'il n'a jamais commis d'injustice. Cela signifie d'une part, qu'il est détaché des choses qui lui sont extérieures telles que son corps, sa fortune, sa réputation et qu'il n'a donc pas peur de les perdre, et d'autre part, que grâce à cela, il a toujours bien agi, c'est-à-dire conformément et en harmonie avec la Nature.

Cette citation de Xénophon, comme celle de Platon, sert à ériger Socrate en exemple, en modèle dans la mise en pratique du discours, de la théorie philosophique à laquelle doivent parvenir les élèves d'Épictète. Sur les quatre-vingt-cinq citations des *Entretiens*, quarante, soit près de la moitié, sont consacrées à la construction de cette image du philosophe idéal. À cette étape du parcours philosophique, celle de l'apprentissage, il s'agit pour Épictète de montrer à ses élèves la façon dont les dogmes et doctrines doivent être assimilés pour produire un effet

---

<sup>50</sup> Nous profitons de cette occasion pour mentionner un article de Marc Vandersmissen et de Koen Vanhaegendoren au sujet des réminiscences potentielles de Xénophon chez Arrien. Il s'agit d'une étude qui tente de produire un répertoire complet des citations et des réminiscences, aussi subtiles qu'elles soient, de Xénophon dans le corpus d'Arrien. Pour ce faire, en plus d'avoir repertorié le plus grand nombre possible de réutilisations déjà mises au jour entre les deux historiens de manière livresque, les deux chercheurs utilisent un logiciel développé à l'Université de Liège sur la base de fichiers de textes lemmatisés en collaboration avec le LASLA. Cf. VANDERSMISSEN M. ET VANHAEGENDOREN K., « Détection automatique de réminiscences potentielles de Xénophon chez Arrien », *Les Études classiques* 82 (2014), p. 89-102.

<sup>51</sup> Nous comptons une seule exception qui consiste en un souvenir de la *Cyropédie* faisant allusion à Chrysantas, un commandant de l'armée de Cyrus : ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 6, 15.

<sup>52</sup> XÉNOPHON, *Apologie de Socrate*, 2 sq.

<sup>53</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 2, 8-9 (nous soulignons).

<sup>54</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 2, 3-4.

<sup>55</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 2, 5-6.

de transformation de la manière d'être et de vivre. La figure de Socrate rappelle ainsi aux élèves l'état d'esprit dans lequel ils doivent pratiquer la philosophie.

Regardons maintenant l'usage des citations d'Homère et d'Euripide en commençant avec un exemple d'extrait qui contient deux citations homériques :

Si un homme a ces réflexions devant les yeux, souffre-t-il d'insomnie, « *en se tournant et se retournant dans son sommeil*<sup>56</sup> » (στρέφεται ἔνθα καὶ ἔνθα) ? Que veut-il ? Que regrette-t-il ? Patrocle, Antiloque, Ménélas ? A-t-il jamais cru qu'un ami pût être immortel ? N'avait-il jamais devant les yeux qu'il fallait que lui-même ou son ami mourût le jour suivant ou celui d'après ? « Certes, rétorque-t-il, mais je pensais qu'il me survivrait et élèverait mon fils. » C'est que tu étais fou, et prétendais connaître ce qui est caché. Pourquoi ne te fais-tu pas de reproches à toi-même, et restes-tu assis à pleurer comme les petites filles ? « Mais il me servait à manger. » C'est qu'il était vivant, fou que tu es ! Maintenant il ne peut plus le faire. Mais Automédon te servira, et si Automédon meurt à son tour, tu en trouveras un autre. Si la marmite dans laquelle cuisait ta viande se brise, faut-il que tu meures de faim parce que tu n'as pas ta marmite habituelle ? N'envoies-tu pas quelqu'un en acheter une nouvelle ? « *Non* », dit-il, « *je ne saurais rien souffrir de pire*<sup>57</sup>. » ('Οὐ μὲν γάρ τι, φησί, 'κακώτερον ἄλλο πάθοιμι.') C'est donc là un mal pour toi ? Si c'est le cas, plutôt que de te débarrasser de ce mal, tu accuses ta mère de ne pas t'avoir prédit ce qui arriverait, pour pouvoir depuis lors continuer à te lamenter ? Qu'en pensez-vous ? Homère n'a-t-il pas composé ces scènes à dessein pour nous faire comprendre que rien n'empêche les plus nobles, les plus forts, les plus riches, les plus beaux, quand ils n'ont pas les jugements qu'il faut, d'être les plus misérables et les plus infortunés des hommes ?<sup>58</sup>

Les réflexions dont il est question au début de cet extrait portent sur le fait que nous ne pouvons agir que sur ce qui est en notre pouvoir<sup>59</sup>. La première citation fait référence à Achille, au désespoir après la mort de son ami Patrocle. Épictète lui reproche d'avoir voulu agir sur ce qui n'était pas en son pouvoir, de s'être institué administrateur des choses, en comptant sur le fait que Patrocle lui survivrait. La deuxième citation est une phrase d'Achille qui se lamente toujours sur la mort de Patrocle. Elle fait allusion à la déesse Thétis, sa mère, qui lui avait annoncé que le destin lui offrirait le choix entre une vie courte mais glorieuse et une existence longue mais inactive. Selon Épictète, Achille se trompe dans ses jugements. Il se trompe en considérant la mort de Patrocle comme un mal et en accusant sa mère de ne pas l'avoir averti. Ainsi donc, il continue à pleurer et à se lamenter, ce qui le rend malheureux. La fin de cet extrait, qui est également la fin de l'entretien, est intéressante. Chose rare, Épictète énonce explicitement l'enseignement à tirer de la citation à laquelle il a fait référence. Celui-ci est le

---

<sup>56</sup> HOMÈRE, *Iliade*, XXIV, 5.

<sup>57</sup> HOMÈRE, *Iliade*, XIX, 321.

<sup>58</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 10, 31-36 (nous soulignons).

<sup>59</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 10, 29-30.

même que pour les citations de Platon examinées ci-dessus : ce sont les jugements qui font la grandeur d'âme.

Nous constatons que cette citation est un moyen pour Épictète de dénoncer et d'exemplifier une attitude à ne pas adopter, celle de rester dans les faux jugements. Sur les vingt-trois citations d'Homère, douze servent de contre-exemples<sup>60</sup>. Parmi celles-ci, nous rencontrons la figure d'Achille à deux reprises<sup>61</sup> et la figure d'Agamemnon à sept reprises<sup>62</sup>. Ils sont tous deux présentés comme des modèles d'attitudes à ne pas suivre : ils sont malheureux – Achille est rongé par la tristesse et le regret, Agamemnon est assiégé par l'anxiété et l'inquiétude – parce qu'ils n'ont pas pris soin de leur principe directeur, cette part d'eux-mêmes qui préside aux désirs et aux aversions, aux propensions et aux rejets, ainsi qu'aux jugements. En d'autres termes, ils ne se sont pas adonnés à la pratique de la philosophie. Ainsi, ces deux figures apparaissent en quelque sorte comme une mise en garde de la part d'Épictète qui montre à ses élèves les conséquences de la négligence du principe directeur.

Par ailleurs, pour que notre exposé soit complet, il est important de nous attarder sur les onze autres citations d'Homère que nous avons laissées de côté<sup>63</sup>. Celles-ci s'opposent à celles de la catégorie précédente parce qu'elles présentent des modèles à suivre. Ces modèles sont généralement des figures divines. Zeus est mentionné à quatre reprises<sup>64</sup>. Il est présenté comme « loyal, réservé, généreux et sans trouble<sup>65</sup> ». Hermès lui est évoqué à deux reprises<sup>66</sup> comme le « messager rayonnant<sup>67</sup> ». Il est l'image de l'avertissement de la volonté divine qu'il faut écouter et respecter.

Nous pourrions conclure cette analyse des citations d'Homère en disant que lorsqu'il est question de figures humaines, il s'agit d'un exemple à ne pas suivre, tandis que lorsqu'il est question de figures divines, il s'agit d'un exemple à suivre. Nous rencontrons cependant l'exception qui confirme la règle. Ulysse est présenté de manière positive à trois reprises<sup>68</sup>. Il est associé à la figure de Socrate dans son attitude pieuse à l'égard des dieux<sup>69</sup> et à celle

---

<sup>60</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 13, 13 ; II, 19, 12 ; II, 24, 23 ; III, 22, 30 (3) ; III, 22, 31 ; III, 22, 72 ; III, 22, 80 ; III, 22, 92 ; IV, 10, 31 ; IV, 10, 34.

<sup>61</sup> Il s'agit de l'extrait analysé ci-dessus : Épictète, *Entretiens*, IV, 10, 31 ; IV, 10, 34.

<sup>62</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 24, 23 ; III, 22, 30 (3) ; III, 22, 31 ; III, 22, 72 ; III, 22, 92.

<sup>63</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 12, 3 ; I, 27, 8 ; II, 8, 26 ; III, 1, 38 ; III, 1, 39 ; III, 11, 14 ; III, 22, 108 ; III, 24, 13 ; III, 26, 33 ; IV, 8, 32.

<sup>64</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 27, 8 (dans cette citation, il est précisément question du fils de Zeus, Sarpédon) ; II, 8, 26 ; III, 11, 14 ; IV, 8, 32.

<sup>65</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 8, 26.

<sup>66</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 1, 38 ; III, 1, 39.

<sup>67</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 1, 39.

<sup>68</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 12, 3 ; III, 24, 13 ; III, 26, 33.

<sup>69</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 12, 3.



d'Héraclès dans son errance d'un lieu à l'autre qui, poussé par la nécessité, a observé et appris beaucoup de choses<sup>70</sup>. Il est l'exemple même de la capacité à faire usage de « sa propre force, c'est-à-dire de ses jugements sur ce qui dépend de lui et ce qui ne dépend pas de lui<sup>71</sup>. »<sup>72</sup> Une dernière citation présente la figure d'Hector comme modèle de délibération avant l'action<sup>73</sup>.

Les citations d'Homère servent donc à ériger des figures, divines ou humaines, en exemple ou en contre-exemple de ce qu'il faut faire. Dans cette optique, Épictète cite également Euripide. Voici un exemple :

Et dans le domaine de l'action, qu'avons-nous qui corresponde à ce qui est ici le vrai et le faux ? Ce qui convient et ce qui ne convient pas, l'avantageux et le nuisible, ce qui m'est approprié et ce qui ne l'est pas et toutes les qualifications semblables. « Par conséquent, on ne peut pas trouver une chose avantageuse et ne pas la choisir ? » Non. Comment comprendre alors cette femme qui déclare : « *Je sais bien quel forfait je vais accomplir, mais la colère l'emporte sur mes résolutions*<sup>74</sup> » (Καὶ μανθάνω μὲν οἷα ὄραν μέλλω κακά, θυμὸς δὲ κρείττων τῶν ἐμῶν βουλευμάτων) ? C'est précisément qu'elle pense que satisfaire sa colère et se venger de son époux lui est plus avantageux que de sauver ses enfants. « Oui mais elle s'est trompée. » Montre-lui clairement qu'elle s'est trompée, et elle ne le fera pas ; aussi longtemps que tu ne lui montres pas, que peut-elle suivre d'autre que ce qu'elle se représente comme avantageux ? Rien.<sup>75</sup>

Dans cet extrait, Épictète traite de cette tendance naturelle à agir selon ce que nous nous représentons comme avantageux. Puisqu'il lui a semblé bon de se venger de son époux plutôt que de sauver ses enfants, Médée a agi de la sorte. Si par contre on vient à lui expliquer qu'elle se trompe et qu'elle se représente en conséquence une alternative comme avantageuse, elle agira selon cette dernière. Comme les citations d'Homère, cette citation d'Euripide rappelle l'importance de poser des jugements corrects sur les choses pour agir correctement. Or, c'est précisément ce qu'enseigne la philosophie.

Contrairement aux citations de Platon et de Xénophon qui servent à ériger un modèle positif, c'est-à-dire un modèle à suivre, la moitié des citations d'Homère et celles d'Euripide mettent en évidence des images négatives, c'est-à-dire des exemples à ne pas suivre. Dans un de ses *Entretiens*, Épictète mentionne cette opposition :

---

<sup>70</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 24, 13.

<sup>71</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 26, 34.

<sup>72</sup> Thomas Colardeau le fait remarquer dans sa thèse : « Les préférences des stoïciens, qui se plaisent à interpréter philosophiquement les poèmes homériques, aillent plutôt à Ulysse : en face des personnages de l'*Illiade*, qui représentaient les hommes ordinaires esclaves de leurs passions, les héros de l'*Odyssée* leur servaient à montrer ce que peuvent la volonté et la raison. » Cf. COLARDEAU T., *Étude sur Épictète*, Paris, Albert Fontemoing, 1903, p. 131.

<sup>73</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 22, 108.

<sup>74</sup> EURIPIDE, *Médée*, 1078-1079.

<sup>75</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 28, 5-8 (nous soulignons).

Mais si le but de ses efforts était de s'approprier ce qu'il y a dans les livres, si c'est à cela qu'il travaille et pour cela qu'il a quitté son pays, je lui dis de rentrer sur le champ à la maison et de ne pas négliger les affaires qui l'attendent là-bas ; car ce pour quoi il a fait le voyage ne compte pas ; ce qui compte [...] c'est apprendre ce qu'est la mort, l'exil, le cachot, la ciguë, de manière à pouvoir dire en prison : « *Mon cher Criton, si cela plaît aux dieux, qu'il en soit ainsi* <sup>76</sup> » (ὦ φίλε Κρίτωνμ εἰ ταύτη τοῖς θεοῖς φίλον, ταύτη γινέσθω), et non : « Malheur à moi, pauvre vieillard, c'est pour cela que j'ai gardé les cheveux blancs ! » Qui parle ainsi ? Vous croyez que je vais vous nommer un inconnu d'humble condition ? N'est-ce pas Priam qui prononce ces paroles ? N'est-ce pas Œdipe ? Mais les rois s'expriment tous ainsi ! *Les tragédies sont-elles autre chose que la représentation en vers tragiques des souffrances d'hommes fascinés par les choses extérieures ?* (Τί γάρ εἰσιν ἄλλο τραγωδία ἢ ἀνθρώπων πάθη τεθραυμακώτων τὰ ἐκτὸς διὰ μέτρου τοιοῦδ' ἐπιδεικνυμένα;) <sup>77</sup>

Dans cet extrait, nous voyons clairement comment les citations permettent d'opposer des figures littéraires qui incarnent des attitudes. Socrate représente la capacité à distinguer ce qui dépend de nous de ce qui ne dépend pas de nous pour agir sur ce qui dépend de nous et faire bon usage de nos représentations. À l'inverse, Priam et Œdipe sont apparentés à ce travers de se concentrer uniquement sur les choses qui nous sont extérieures. À travers cette opposition de figures littéraires, Épictète oppose aussi des genres littéraires. La citation de Platon incarne les textes philosophiques, tandis que les personnages de Priam et d'Œdipe renvoient à la poésie, l'un à l'épopée et l'autre à la tragédie. Il affirme d'ailleurs, quelques lignes après le passage contenant la citation de Médée, que « *l'Iliade n'est pas autre chose que représentation et usage de représentations* <sup>78</sup> » et, encore quelques lignes plus bas, que *l'Œdipe* de Sophocle n'est rien d'autre que ce qu'il se représente <sup>79</sup>.

Cette idée semble avoir été bien comprise et assimilée par Arrien qui, dans le *Manuel*, la reprend en la transposant à l'homme : « Exerce-toi donc à ajouter d'emblée à toute représentation pénible : “ Tu n'es qu'une pure représentation et tu n'es en aucune manière ce que tu représentes <sup>80</sup>. » Cela atteste du but poursuivi par Épictète à travers la mobilisation de citations pour ériger des modèles ou des contre-modèles, à savoir montrer à ses élèves ce qu'ils doivent faire ou ne pas faire. Dans le *Manuel* qui est un ouvrage exclusivement destiné à la pratique, Arrien a directement transformé ce qu'il a appris dans les *Entretiens* à travers des

<sup>76</sup> PLATON, *Criton*, 43d.

<sup>77</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 24-25 (nous soulignons).

<sup>78</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 28, 12 : « *L'Iliade n'est pas autre chose que représentation et usage de représentations.* » (Ἡ Ἰλιάς οὐδὲν ἐστὶ ἢ φαντασία καὶ χρῆσις φαντασιῶν.)

<sup>79</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 28, 32 : « *Quelle tragédie commence autrement ? [...] Qu'est-ce que l'Œdipe de Sophocle ? Ce qu'il représente.* » (Καὶ ποία τραγωδία ἄλλην ἀρχὴν ἔχειν ; [...] Οἰδίπου Σοφοκλέους τί ἐστὶ ; τὸ φαινόμενον.)

<sup>80</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, I, 5.

procédés pédagogiques d'exemples et de contre-exemples en principes d'action pour l'homme. Nous reviendrons plus en détail sur cette relation entre les *Entretiens* et le *Manuel* dans le point consacré au *Manuel*.

Les observations que nous venons de faire au sujet l'usage des citations de Platon, de Xénophon, d'Homère et d'Euripide sont valables pour d'autres auteurs cités dans les *Entretiens*. Par exemple, Épictète cite Hésiode dans un contexte de description de la figure idéale de Socrate<sup>81</sup>. Il expose la capacité de ce dernier à « ne jamais s'irriter dans le cours de l'argumentation<sup>82</sup> » qu'il explicite en reprenant cette phrase qui, dans la *Théogonie*, décrit le bon roi : « Il a su promptement faire cesser les querelles, même les plus grandes<sup>83</sup>. »

Prenons un dernier exemple. Épictète cite Sophocle dans le cadre d'un développement sur les biens matériels dont nous ne devons pas nous préoccuper parce qu'ils ne rendent pas heureux<sup>84</sup>. Pour exemplifier cela, il évoque les personnages de tragédies qui sont riches et pourtant malheureux. Au début de la pièce, ceux-ci disent : « Ornez le palais de feuillages ! » et puis au troisième ou au quatrième acte ils se lamentent : « Hélas ! Cithéron, pourquoi m'as-tu recueilli ?<sup>85</sup> ». Le modèle à ne pas suivre est Œdipe qui, accablé par son malheur, regrette d'être en vie et se lamente. À la suite de ces citations, Épictète mentionne d'ailleurs la fonction et l'effet des personnages de tragédies : « Souviens-toi de tout cela lorsque tu approches un de ces personnages : c'est l'homme de la tragédie que tu approches, non pas l'acteur, mais Œdipe en personne<sup>86</sup>. » Cette phrase montre qu'Épictète considère les personnages de tragédies, et des œuvres littéraires en général, comme des figures à part entière qui renvoient à des attitudes dont il faut se servir à titre d'exemple ou suivre ou à ne pas suivre.

Il nous semble que l'analyse des extraits ci-dessus suffit à comprendre la fonction des citations dans l'enseignement d'Épictète et dans l'apprentissage d'Arrien. Avec les *Entretiens*, nous l'avons vu, nous nous situons dans cette deuxième étape des leçons d'Épictète, celle qui consiste en la discussion de ce qui a été appris lors de la première étape de la lecture commentée. Cette discussion est l'occasion pour Épictète de montrer à ses élèves comment intégrer, assimiler les dogmes et doctrines stoïciens, à savoir en vue d'une transformation de la manière d'être et de vivre. Pour ce faire, il mobilise de nombreuses citations. Ces citations jouent un

---

<sup>81</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 12, 16.

<sup>82</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 12, 14.

<sup>83</sup> HÉSIODE, *Théogonie*, 87.

<sup>84</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 24, 16.

<sup>85</sup> SOPHOCLE, *Œdipe Roi*, 1391.

<sup>86</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 24, 18.

double rôle qui renvoie au statut de transition des *Entretiens*, entre l'apprentissage par la lecture et l'assimilation par l'écriture de la théorie philosophique.

D'une part, elles servent à commenter la lecture qui a lieu dans la première partie du cours et à expliciter les principes théoriques qu'elle contient. En ce sens, le recours à ces citations s'apparente à un procédé pédagogique. D'autre part, elles permettent d'illustrer un comportement en mettant en évidence des modèles d'action à suivre, comme Socrate ou Ulysse, ou à ne pas suivre, comme Achille ou Œdipe<sup>87</sup>. Tous ces modèles, en définitive, renvoient au cœur de la doctrine stoïcienne et à l'usage de la lecture et de l'écriture – l'usage des représentations – dont ils incarnent la réussite ou l'échec du point de vue de l'accomplissement. En ce sens, ils sont des exemples fictifs de transformation de la vérité en ἦθος qui amorcent déjà ainsi le processus d'assimilation de principes abstraits en actions concrètes.

Du point de vue du parcours philosophique d'Arrien, nous n'en sommes encore en réalité qu'à la première étape, celle de l'apprentissage. Dans le cadre de la pratique de la philosophie, de l'exercice spirituel, il s'agit de la lecture. Dans ce contexte, les citations systématisent le discours philosophique en fournissant à l'esprit une image, une figure derrière laquelle se cache toute une série de principes, de dogmes ou de doctrines. En tant que formules concises, elles possèdent une plus grande force persuasive et une meilleure efficacité mnémotechnique qu'un développement théorique et abstrait. Arrien n'a qu'à les mémoriser et en se les remémorant, en les méditant il peut reconstruire l'ensemble de l'édifice spéculatif qu'elles concentrent. En ce sens, elles jouent un rôle clé dans la réactivation et l'assimilation des savoirs qui entrent en jeu dans le processus d'écriture philosophique que nous allons maintenant examiner à travers l'étude du *Manuel*.

### ***L'assimilation par le Manuel***

Selon le commentateur néoplatonicien Simplicius, le *Manuel* est un ouvrage rassemblant les enseignements les plus utiles et les plus indispensables qui se trouvent dans les *Entretiens*<sup>88</sup>. Cela signifie que du point de vue du contenu, le *Manuel* ne contient quasiment aucune nouveauté doctrinale par rapport aux *Entretiens*. Il est donc en quelque sorte une

---

<sup>87</sup> Notons que Peter Astbury Brunt a mis en évidence le fait que la mobilisation par Épictète de héros homériques pour exemplifier sa morale et de figures philosophiques comme Socrate pour représenter son idéal est ce qui lui a valu son succès auprès d'un certain type d'élève de haut rang. Cf. BRUNT P. A., « From Epictetus to Arrian » revised reprint of *Athenaeum* 55 (1997), 19–48, in GRIFFIN M. & SAMUELS A. (eds) with the assistance of Michael Crawford, *Studies in Stoicism. P. A. Brunt*, Oxford, Oxford University Press, 2013, p. 340.

<sup>88</sup> SIMPLICIUS, *Commentaire sur le Manuel d'Épictète*, P, 5 (Hadot).

compilation et un résumé de passages dûment choisis par Arrien pour être mémorisés et utilisés. Ainsi, sur le plan de la pratique philosophique, le *Manuel* est l'application dont les *Entretiens* sont la théorie. Il est la seconde étape d'un exercice spirituel exécuté par Arrien, celle de l'écriture, celle de l'assimilation, dont la première étape est la lecture, celle de l'apprentissage.

Pour commencer, examinons la première section du *Manuel* qui s'apparente à son introduction et que Pierre Hadot intitule dans son édition « la distinction entre ce qui dépend de nous et ce qui ne dépend pas de nous » :

Parmi les choses qui existent, les unes dépendent de nous, les autres ne dépendent pas de nous. (Τῶν ὄντων τὰ μὲν ἐστὶν ἐφ' ἡμῶν, τὰ δὲ οὐκ ἐφ' ἡμῶν.) Dépendent de nous : jugement de valeur (ὕπόληψις), impulsion à agir (ὀρμή), désir, aversion (ὄρεξις, ἔκκλισις), en un mot, tout ce qui est notre affaire à nous. Ne dépendent pas de nous, le corps, nos possessions, les opinions que les autres ont de nous, les magistratures, en un mot, tout ce qui n'est pas notre affaire à nous.<sup>89</sup>

Ainsi donc le *Manuel* s'ouvre sur cette distinction fondamentale pour énoncer dans la foulée les trois types de choses qui dépendent de nous : nos jugements, nos impulsions, nos désirs et aversions. Il s'agit là des trois domaines d'exercices de la philosophie que nous avons étudiés dans le chapitre consacré à l'usage de la lecture et de l'écriture, à la différence près qu'ils sont présentés dans l'ordre inverse par rapport à celui dans lequel ils sont habituellement énumérés dans les *Entretiens*, à savoir : désirs et aversions, propensions et rejets, assentiment<sup>90</sup>.

Il nous semble, à l'instar de Pierre Hadot et de John Sellars, que cette section inaugurale annonce non seulement le contenu mais aussi la structure du *Manuel*<sup>91</sup>. En effet, ce texte est consacré aux trois domaines d'exercices spirituels et peut être divisé en trois groupes de sections ayant trait à ces trois domaines<sup>92</sup>. Par ailleurs, ces trois domaines d'exercices semblent chacun porter sur l'assimilation d'une des trois parties de la philosophie<sup>93</sup>. Ainsi, du point de

---

<sup>89</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 1.1 (nous soulignons).

<sup>90</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 11 ; II, 8, 29 ; II, 17, 15-18 ; 31-33 ; III, 2, 1-3 ; III, 12, 1-17 ; IV, 4, 16 ; IV, 10, 1-7 ; 13.

<sup>91</sup> HADOT (2000), p. 36-142 et SELLARS (2009), 133-135.

<sup>92</sup> Cette division du *Manuel* a d'abord été proposée par Max Pohlenz dans POHLENZ M., *Die Stoa : Geschichte einer geistigen Bewegung*, t. II, Gottingen, Vandenhoeck & Ruprecht, 1964<sup>2</sup> [1949], p. 378, pour être reprise par Pierre Hadot dans HADOT P., *La citadelle intérieure. Introduction aux pensées de Marc Aurèle*, Paris, Fayard, 1997<sup>2</sup> [1992], p. 98-115 et dans Arrien, *Manuel d'Épictète*, Introduction, traduction et notes par P. Hadot, Paris, Le Livre de Poche, 2000, p. 36-142. Jean-Baptiste Gourinat en propose ensuite une version plus aboutie dans GOURINAT J.-B., *Premières leçons sur le Manuel d'Épictète*, Paris, Presses Universitaires de France, 1996, p. 45-48. C'est sur cette dernière que se base John Sellars dans SELLARS (2009), p. 136-142.

<sup>93</sup> SELLARS (2009), p. 135-136. La thèse selon laquelle les trois domaines d'exercices spirituels correspondent aux trois parties de la philosophie est défendue par Adolf Bonhöffer dans A. BONHÖFFER, *Epictet und die Stoa*, Stuttgart, Ferdinand Enke, 1890, p. 22-28 et dans A. BONHÖFFER, *Die Ethik des Stoikers Epictet*, Stuttgart, Ferdinand Enke, 1894, p. 46-49 et 58-60 ; par Paul Elmer More dans P. E. MORE, *Hellenistic Philosophies, The Greek Tradition II*, Princeton University Press, 1923, p. 107-108 ; par Pierre Hadot dans HADOT P., « Philosophie, Discours philosophique, et Divisions de la Philosophie chez les Stoïciens », *Revue internationale de Philosophie*

vue du contenu et de la structure, le *Manuel* traite d'abord des exercices physiques qui travaillent sur les désirs et les aversions pour accorder notre volonté à celle de la Nature<sup>94</sup>, ensuite des exercices éthiques qui s'occupent des propensions et des rejets pour agir selon la Nature<sup>95</sup>, et enfin des exercices logiques qui concernent l'assentiment pour rendre nos jugements conformes à la nature des choses<sup>96</sup>.

Il n'est pas question ici de nous livrer à une analyse approfondie de la façon dont Arrien traite de chacun de ces trois domaines d'exercices dans le *Manuel*<sup>97</sup>. Nous retiendrons simplement que chacun d'entre eux provoque une transformation de celui qui s'y exerce grâce à la prise de conscience d'un point de doctrine de la théorie stoïcienne<sup>98</sup> et qu'ensemble, à travers leur enseignement, en tant qu'objet d'un discours théorique, ils permettent de vivre philosophiquement.

Ce qui est intéressant dans le constat d'une telle structure et d'un tel contenu, c'est la façon dont Arrien a assimilé les principes, dogmes et doctrines, c'est-à-dire les λόγοι appris dans les *Entretiens* pour en faire des pratiques, des ασκήσεις, et des actions, des έργα. D'ailleurs, après les trois groupes de sections consacrés chacun à un domaine d'exercices et à une partie de la philosophie, il reste huit sections qui traitent de ce que doit être la philosophie en tant qu'art de vivre, en tant que τέχνη<sup>99</sup>. Dans cette optique, Arrien consacre la section 49 à la fonction du discours philosophique en prenant l'exemple de la façon dont il faut lire Chrysippe :

Quand quelqu'un est fier d'être capable de comprendre et d'expliquer Chrysippe, dis-toi à toi-même : « Si Chrysippe n'avait pas écrit de manière obscure, celui-là n'aurait aucune raison de faire le fier. » Mais moi, qu'est-ce que je veux ? Chercher à connaître la Nature et à la suivre. Je cherche donc qui peut me l'expliquer. J'entends dire que c'est Chrysippe. Je viens à lui. Mais je ne comprends pas ce qu'il a écrit. Je cherche donc quelqu'un qui me l'explique. Jusque-là, il

---

45 (1991), p. 218 et dans HADOT P., *La citadelle intérieure. Introduction aux pensées de Marc Aurèle*, Paris, Fayard, 1997<sup>2</sup> [1992], p. 106-115.

<sup>94</sup> Ce sont les sections 2 à 29.

<sup>95</sup> Ce sont les sections 30 à 41.

<sup>96</sup> Ce sont les sections 42 à 45.

<sup>97</sup> À ce sujet, nous renvoyons à SELLARS (2009), p. 129-146. Cette étude, qui se concentre uniquement sur le *Manuel* en texte philosophique destiné à la pratique, demande à être complétée par un exposé plus général et détaillé sur les différents domaines d'exercices et les trois parties de la philosophie tels qu'ils sont définis par Épictète. À ce sujet, nous renvoyons à A. BONHÖFFER, *Die Ethik des Stoikers Epictet*, Stuttgart, Ferdinand Enke, 1894. En ce qui concerne la physique, voir les pages 18 à 49, l'éthique les pages 82 à 158 et la logique les pages 122 à 126.

<sup>98</sup> HADOT (1997), p. 115. Le domaine des désirs et des aversions accorde la volonté humaine à celle de la Nature par la prise de conscience que l'homme fait partie d'un Tout cosmique, le domaine des propensions et des rejets permet de poser des actions convenables par la prise de conscience de la place de l'homme au sein de la communauté humaine et le domaine de l'assentiment rend les jugements rationnels et justifiés par la prise de conscience de la liberté de l'homme à l'égard des représentations qu'il se fait des choses.

<sup>99</sup> SELLARS (2009), p. 143.

n'y a rien dont on puisse être fier. Quand j'ai trouvé celui qui me l'explique, il me reste à faire usage des préceptes qui m'ont été enseignés. Voilà seulement ce dont on peut être fier. *Mais si c'est l'explication elle-même que j'admire, que suis-je devenu d'autre, finalement, qu'un grammairien au lieu d'un philosophe, avec la seule différence que j'explique Chrysippe au lieu d'Homère ? Donc je rougis plutôt, lorsque quelqu'un me demande : « Fais-moi l'exercice d'explication de texte de l'œuvre de Chrysippe », si je ne suis pas capable de produire des actions qui soient en ressemblance et harmonie avec les discours de celui-ci.* (Ἄν δὲ αὐτὸ τοῦτο τὸ ἐξηγεῖσθαι θαυμάσω, τί ἄλλο ἢ γραμματικὸς ἀπετελέσθην ἀντὶ φιλοσόφου, πλὴν γε δὴ ὅτι ἀντὶ Ὁμήρου Χρυσίππων ἐξεγούμενος; μᾶλλον οὖν ὅταν τις εἴπη μοι 'ἐπανάγνωθί μοι τὸ Χρυσίππειον', ἐρυθριῶ, ὅταν μὴ δύνamai ὅμοια τὰ ἔργα καὶ σύμφωνα ἐπιδεικνύειν τοῖς λόγοις.)<sup>100</sup>

Le titre choisi par Pierre Hadot dans son édition pour intituler cette section résume parfaitement le propos qu'elle contient : « Philosopher, ce n'est pas faire l'exégèse des discours de Chrysippe, mais vivre en harmonie avec eux ». La section 46, intitulée « Philosopher, ce n'est pas parler de philosophie, mais vivre sa philosophie », va dans ce même sens d'insistance sur la nature pratique de la philosophie :

Ne te donne jamais le nom de philosophe et ne bavarde pas beaucoup, en présence des non-philosophes, sur les principes théoriques, mais *pratique ce qui est prescrit par ces principes* (ποίει τὸ ἀπὸ τῶν θεωρημάτων), de même que, dans un repas, tu ne tiens pas un discours sur la manière dont il faut manger, mais tu manges comme il faut manger. Souviens-toi en effet que Socrate a éliminé de manière radicale toute prétention à se mettre en valeur, à ce point que ceux qui voulaient entrer, grâce à lui, en relation avec des philosophes venaient le voir, et que c'est lui-même qui les y conduisait ; tellement il acceptait d'être méconnu. Et si, chez les non-philosophes, la conversation en vient à tomber sur quelque principe théorique, la plupart du temps, garde le silence. Car il y a grand danger que tu vomisses ce que tu n'as pas bien digéré. Et si quelqu'un te dit que tu ne sais rien, et que tu n'en es pas blessé, sache alors que tu as ainsi commencé la tâche entreprise. *Car les brebis, elles aussi, n'apportent pas leur nourriture aux bergers pour montrer l'abondance de ce qu'elles ont mangé, mais, ayant digéré leur nourriture à l'intérieur d'elles-mêmes, elles produisent au-dehors la laine et le lait. Toi aussi, ne fais pas montre des principes théoriques devant les non-philosophes, mais montre-leur les actions qui découlent de ces principes que tu as digérés.* (Ἐπεὶ καὶ τὰ πρόβατα οὐ χόρτον φέροντα τοῖς ποιμέσιν ἐπιδεικνύει πόσον ἔφαγεν, ἀλλὰ τὴν νομὴν ἔσω πέψαντα ἔρια ἔξω φέρει καὶ γάλα· καὶ σὺ τοίνυν μὴ τὰ θεωρήματα τοῖς ἰδιώταις ἐπιδείκνυε, ἀλλ' ἀπ' αὐτῶν πεφθέντων τὰ ἔργα.)<sup>101</sup>

Cet extrait, et particulièrement l'analogie entre l'assimilation des principes philosophiques qui deviennent des actes et la digestion de la nourriture des brebis qui produisent de la laine et du lait, montre bien que la philosophie relève plus des ἔργα que des λόγοι. Dans cette optique, les trois domaines d'exercices qui définissent la structure et le contenu du *Manuel*

<sup>100</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 49 (nous soulignons).

<sup>101</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 46.

ne constituent pas « un autre mode d'analyse théorique de la doctrine stoïcienne », mais « des moyens par lesquels cette doctrine devient une pratique<sup>102</sup> ».

Par ailleurs, nous constatons dans cet extrait une allusion à Socrate, cette image de la réalisation de l'essence de la philosophie en tant qu'art de vivre, cette figure du philosophe idéal, ce modèle à suivre. Arrien le mentionne à deux autres endroits du *Manuel*, une fois au début lorsqu'il évoque la mort qui ne doit pas être redoutée<sup>103</sup> et une fois à la toute fin pour rappeler qu'en toute chose il ne faut faire attention à rien d'autre qu'à la Raison<sup>104</sup>. Ces allusions à Socrate ne sont jamais accompagnées de citations comme c'était le cas dans les *Entretiens*.

Au vu de ces constats, il nous semble pertinent de nous arrêter quelques instants sur la relation formelle qu'il existe entre les *Entretiens* et le *Manuel*. Nous avons vu plus haut la façon dont Arrien transforme les considérations d'Épictète au sujet des personnages littéraires en principes d'actions. Il ne reprend pas les citations mobilisées dans les *Entretiens*, mais produit une sorte de maxime, de sentence qui résume, qui concentre toute la portée de celles-ci. Prenons un autre exemple de cela en regardant la section 22 du *Manuel* intitulée par Pierre Hadot « se préparer aux railleries des non-philosophes » :

Si tu désires être philosophe, prépare-toi tout de suite à ce que l'on rie de toi, à ce que la foule se moque de toi, à ce que l'on dise : « Le voilà qui nous est revenu subitement philosophe ! » « *D'où nous a-t-il ramené ce sourcil hautain ?* (Πόθεν ἡμῖν αὐτή ἡ ὄφρὺς ; ) » Mais toi, n'aie pas le sourcil hautain, mais tiens-toi à ce qui te paraît meilleur, comme si tu avais été placé par le dieu à ce poste. *Et souviens-toi que, si tu demeures fidèle à ton attitude, ceux qui se riaient de toi auparavant, ceux-là mêmes t'admireront ensuite.* (Μέμνησο δὲ ὅτι, ἐὰν μὲν ἐμμείνῃς τοῖς αὐτοῖς, οἱ καταγελῶντές σου πρότερον οὗτοί σε ὕστερον θαυμάσονται.) Mais si tu te laisses vaincre par eux, ils riront doublement de toi.<sup>105</sup>

Le sourcil hautain fait allusion à la figure de Zeus qu'Épictète décrit dans un de ses entretiens :

Mais les gens diront : « *D'où a-t-il ramené ce sourcil hautain et cette allure solennelle ?* (Πόθεν ἡμῖν οὗτος ὄφρυν ἐνήνοχεν καὶ σεμνοπροσωπεῖ;) » [...] « Qu'allez-vous croire ? Un sourcil hautain ? Loin de moi cette idée ! Est-ce que Zeus à Olympie lève un sourcil hautain ? *Non, son regard est assuré, comme doit l'être le regard de celui qui dit : « Car mon arrêt n'est ni révoquant ni trompeur*<sup>106</sup>. » (Ἀλλὰ πέπηγεν αὐτοῦ τὸ βλέμμα, οἷον δεῖ εἶναι τοῦ ἐροῦντος 'οὐ γὰρ ἐμὸν παλινάγρετον οὐδ' ἀπατηλόν') Voici comment je me montrerai à vous : loyal, réservé, généreux, sans trouble [...] Je vous montrerai les nerfs d'un philosophe. Quels nerfs ? Un désir qui atteint son but, une aversion qui ne rencontre pas ce qu'elle veut éviter, une propension

---

<sup>102</sup> SELLARS (2009), p. 143.

<sup>103</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 5-6.

<sup>104</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 51.

<sup>105</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 22 (nous soulignons).

<sup>106</sup> HOMÈRE, *Illiade*, I, 526.



conforme au devoir, des desseins réfléchis, un assentiment sans précipitation. Voilà ce que vous verrez. »<sup>107</sup>

La confrontation de ces deux passages montre le mécanisme de transition à l'œuvre sur le plan de la composition littéraire entre les *Entretiens* et le *Manuel* que nous avons mis au jour grâce aux extraits sur les représentations. Le problème soulevé est, comme l'indique le titre de la section du *Manuel*, la façon dont il faut réagir face aux moqueries des non-philosophes qui pourraient reprocher au philosophe « son sourcil hautain ». Dans l'entretien, Épictète évoque l'attitude de Zeus qu'il ne faut pas prendre pour de l'arrogance mais pour de l'assurance. La citation est une parole prononcée par Zeus au sujet de la décision qu'il vient de prendre et qu'il confirme d'un signe de tête. Ainsi, le philosophe doit, à l'image de Zeus, rester ferme dans ses décisions et ses résolutions.

C'est précisément cette idée que reprend Arrien dans la section 22 du *Manuel*. Il ne réutilise pas la citation, ni n'évoque la figure de Zeus. Cela prouve qu'il s'agit bien de dispositifs pédagogiques mobilisés par un maître à destination de ses élèves. Certes, nous observons une reprise de certains termes et de certaines tournures présents dans l'entretien, tels que « d'où nous a-t-il ramené ce sourcil hautain ? ». Il arrive en effet à Arrien de récupérer des formules frappantes des *Entretiens* qu'il glisse dans le *Manuel*. Ce qui est intéressant, c'est ce qui suit cette formule. Si dans l'entretien, Épictète explique que Zeus n'a pas le sourcil hautain, dans le *Manuel*, Arrien exhorte son lecteur à ne pas avoir le sourcil hautain. Il présente ensuite deux alternatives claires quant à la réaction à avoir face des non-philosophes moqueurs.

Nous ne nous situons plus dans le registre de l'explication qui contient son lot de détours en procédés stylistiques et en dispositifs pédagogiques (comparaisons, exemples, citations) mais dans celui de l'assimilation qui va droit au but, celui de l'application<sup>108</sup>. À ce sujet, il est d'ailleurs intéressant de constater que le *Manuel* ne contient en tout et pour tout que quatre citations. Constat plus intéressant encore : celles-ci se trouvent toutes regroupées au même endroit du *Manuel*, dans sa conclusion, que Pierre Hadot intitule dans son édition « Sentences à méditer » :

---

<sup>107</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 8, 24-27 (nous soulignons).

<sup>108</sup> Un autre exemple de cela peut être observé à travers la confrontation de la section 15 du *Manuel* et de l'entretien III, 22. Ce long entretien consiste en une description élogieuse de la figure de Diogène le Cynique qui est, avec Socrate, un des modèles du philosophe aux yeux d'Épictète. Dans la section 15 *Manuel*, Diogène est présenté comme digne des dieux parce que, comme l'indique le titre de cette section, il reçoit avec décence les bienfaits donnés par les dieux, et, mieux encore, ne les désire pas. Ce rapprochement entre le *Manuel* 15 et le chapitre 22 du livre III des *Entretiens* provient d'un article de Louis-André Dorion dans lequel il tente d'expliquer la présence d'Héraclite aux côtés de Diogène dans le *Manuel* 15. Cf. DORION L.-A., « Héraclite ou Héraklès ? Épictète, *Manuel* 15 », *Revue de philologie, de littérature et d'histoire ancienne* 89 (2015), 1, p. 43-63.

En toute circonstance, que soient présentes à ton esprit ces formules (Ἐπι παντὸς πρόχειρα ἐκτέον ταῦτα) : « Conduis-moi, ô Zeus, et toi, Destinée, au poste, quel qu'il soit, où une fois, vous m'avez placé. Car je vous obéirai avec empressement ; mais si je refuse, devenu alors mauvais, il n'en faudra pas moins que je vous suive<sup>109</sup>. » (Ἄγου δέ μ', ὦ Ζεῦ, καὶ σύ γ' ἢ Πεπρωμένη ὅποι ποθ' ὑμῖν εἰμι διατεταγμένος· ὡς ἔψομαι γ' ἄοκνος· ἦν δὲ μὴ θέλω κακὸς γενόμενος, οὐδὲν ἤττον ἔψομαι.) « Quiconque a consenti, comme il faut, à la Nécessité est à nos yeux sages et connaît les choses divines<sup>110</sup>. » (Ὅστις δ' ἀνάγκη συγκεχώρηκεν καλῶς, σοφὸς παρ' ἡμῖν καὶ τὰ θεῶν ἐπίσταται.) « Mais Criton, si cela plaît aux dieux, qu'il en soit ainsi !<sup>111</sup> » (Ἄλλ, ὦ Κρίτων, εἰ ταύτη τοῖς θεοῖς φίλον, ταύτη γινέσθω.) « Anytos et Mélétos peuvent me faire périr, mais ils ne peuvent me nuire<sup>112</sup>. » (Ἄνυτος καὶ Μέλητος ἀποκτεῖναι μὲν δύνανται, βλάψαι δ' οὔ.)<sup>113</sup>

Cette conclusion est une injonction de la part d'Arrien qui exhorte son lecteur à sauvegarder dans son esprit ces quatre sentences. Il est intéressant de constater que trois de celles-ci proviennent des *Entretiens* : le vers de Cléanthe et les deux citations de Platon. Le vers de Cléanthe revient à quatre reprises dans les *Entretiens* pour illustrer la disposition de l'âme de celui qui pratique les trois disciplines du désir, du devoir et de l'assentiment<sup>114</sup>, pour définir la disposition d'esprit idéal du Cynique<sup>115</sup> et pour ouvrir la route qui conduit à la liberté<sup>116</sup>. Les deux citations de Platon apparaissent chacune à trois reprises pour définir l'attitude philosophique exemplaire de Socrate<sup>117</sup>.

Au vu de ce que nous avons constaté au sujet de la relation entre les *Entretiens* et le *Manuel* sur le plan de la composition littéraire, cette conclusion composée uniquement de citations paraît étonnante. Il nous semble que dans ce contexte, il ne faut pas considérer ces citations comme de procédés pédagogiques servant à la fois à commenter un passage lu et à illustrer un comportement, mais comme des formules d'actions qui rappellent de manière concise et frappante la disposition intérieure fondamentale qui doit constamment être celle du stoïcien. À la lumière du contenu du *Manuel* tel que nous l'avons présenté ci-dessus, nous constatons que ces quatre citations résument les objectifs poursuivis à travers les trois domaines d'exercices spirituels : vivre en conformité et en harmonie avec la Nature et faire preuve d'indifférence face aux choses qui ne dépendent pas de nous pour se concentrer et agir uniquement sur ce qui dépend de nous.

<sup>109</sup> Début d'un poème de Cléanthe.

<sup>110</sup> EURIPIDE, fr. 965 Nauck.

<sup>111</sup> PLATON, *Criton*, 43d.

<sup>112</sup> PLATON, *Apologie de Socrate*, 30 c-d.

<sup>113</sup> ÉPICTÈTE, *Manuel*, 53 (nous soulignons).

<sup>114</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, II, 23, 42.

<sup>115</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, III, 22, 95.

<sup>116</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, IV, 1, 131 ; IV, 4, 34.

<sup>117</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 4, 24 ; I, 29, 18 ; II, 2, 15 ; III, 23, 21 ; IV, 4, 21.

Cette conclusion composée uniquement de citations sur lesquelles méditer, sans explication, et, qui plus est, pour la plupart, présentes dans les *Entretiens*, atteste de la nature et de la fonction du *Manuel* : il s'agit d'un texte consacré aux exercices spirituels visant l'assimilation et la mise en pratique du discours philosophique. Pour reprendre les termes de John Sellars, il constitue « une série d'ἀσκήσεις sans λόγοι<sup>118</sup> » qui forme la seconde étape de la pratique de la philosophie en tant qu'art de vivre, en tant que τέχνη.

---

<sup>118</sup> SELLARS (2009), p. 133.

## CHAPITRE II : Marc Aurèle : Les *Pensées* dogmatiques

En quoi consiste le bonheur ? – *Il consiste à faire ce que désire la nature de l'homme.* (Εν τῷ ποιεῖν ἃ ἐμιζητεῖ ἡ τοῦ ἀνθρώπου φύσις.) – Comment y réussir ? – *En possédant les dogmes qui sont le principe des impulsions et des actions.* (Ἐὰν δόγματα ἔχη ἀφ' ὧν αἱ ὀρμαὶ καὶ αἱ πράξεις.) – Quels dogmes ? – *Ceux qui se rapportent à la distinction de ce qui est bien et de ce qui est mal : il n'y a de bien pour l'homme que ce qui le rend juste, tempérant, courageux et libre, et il n'y a pas de mal pour l'homme que ce qui provoque en lui les vices opposés.* (Τὰ περὶ ἀγαθῶν καὶ κακῶν, ὡς οὐδενὸς μὲν ἀγαθοῦ ὄντος ἀνθρώπῳ ὃ οὐχὶ ποιεῖ δίκαιον, σώφρονα, ἀνδρεῖον, ἐλεύθερον, οὐδενὸς δὲ κακοῦ ὃ οὐχὶ ποιεῖ τὰναντία τοῖς εἰρημένους.)<sup>1</sup>

Cet extrait résume parfaitement la démarche philosophique de Marc Aurèle dans les *Pensées* : pratiquer la philosophie en acquérant la disposition intérieure fondamentale qu'elle exige au moyen d'un discours composé de formules universelles qu'il appelle, à la suite d'Épictète<sup>2</sup>, des *dogmata*<sup>3</sup>. En ce sens, les *Pensées* constituent l'archétype de l'écriture *hypomnématique* à fonction *éthopoiétique* telle que nous l'avons définie dans la partie théorique de ce travail. Il s'agit, par l'écriture de principes, de règles et d'exemples sous la forme de formules concises et efficaces, de ficher, d'implanter dans l'âme les discours qui fondent et justifient une certaine conduite pratique<sup>4</sup>. De cette manière, ces principes, règles et exemples deviennent des actions qui construisent, qui transforment le comportement du philosophe en le faisant toujours agir en vue de l'attitude fondamentale d'attention<sup>5</sup>. Ce sont donc les dogmes et leur formulation qui permettent d'agir philosophiquement. Cette action philosophique, Marc Aurèle la définit comme suit :

En toutes choses et continuellement, il dépend de toi de te réjouir avec piété de ce qui arrive présentement, de te conduire avec justice avec les hommes présents et d'examiner avec méthode la représentation présente, pour ne rien admettre dans la pensée qui soit inadmissible. (Πανταχοῦ καὶ διενηκῶς ἐπὶ σοὶ ἔστι καὶ τῇ παρουσίᾳ συμβάσει θεοσεβῶς εὐαρεστεῖν καὶ τοῖς παροῦσιν

---

<sup>1</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VIII, 1, 6 (nous soulignons).

<sup>2</sup> ÉPICTÈTE, *Entretiens*, I, 3, 1 ; I, 18, 20 ; II, 16 (titre) ; III, 10, 1.

<sup>3</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 3, 3 ; III, 13, 1 ; IV, 49, 6.

<sup>4</sup> Angelo Giavatto développe la thèse de l'utilité éthico-pratique de ce style d'écriture bref et concentré dont le but est d'établir une connection entre la démonstration et l'usage des maximes. Cf. GIAVATTO A., « The Style of the Meditations », in VAN ACKEREN M. (ed.), *A Companion to Marcus Aurelius*, Oxford, Wiley-Blackwell, 2012, p. 333-345.

<sup>5</sup> L'attention correspond à une « vigilance », une « présence d'esprit continue » grâce à laquelle le philosophe a toujours sous la main la règle de vie fondamentale, c'est-à-dire la distinction entre ce qui dépend de nous et ce qui ne dépend pas de nous, et est capable de l'appliquer aux situations particulières de la vie pour agir toujours « à propos » avec la sûreté et la constance d'un réflexe.

ἀνθρώποις κατὰ δικαιοσύνην προσφέρεσθαι καὶ τῇ παρουσίᾳ φαντασίᾳ ἐμφιλοτεχνεῖν, ἵνα μὴ τι ἀκατάληπτον παρεισρυῆ.)<sup>6</sup>

Cet extrait présente trois règles fondamentales de vie : avoir une vision pieuse du monde, une attitude relationnelle juste et un choix d'objectivité intérieure. Nous reconnaissons facilement les trois domaines d'exercices spirituels définis par Épictète<sup>7</sup> qui renvoient chacun à une partie du discours philosophique : la vision pieuse du monde renvoie aux exercices physiques, l'attitude relationnelle juste renvoie aux exercices éthiques et le choix d'objectivité intérieure renvoie aux exercices logiques. Ainsi, les *Pensées* expriment sous la forme de dogmes la conduite pratique, la disposition intérieure qui se manifeste dans ces trois règles de vie qui sous-tendent les trois domaines d'exercices spirituels ainsi que les trois discours philosophiques.

Dans ce chapitre, nous partirons de ce postulat et nous prendrons cette notion de « dogme » comme fil conducteur pour étudier la pratique de la lecture et de l'écriture en tant qu'exercice spirituel dans les *Pensées* de Marc Aurèle. Pour ce faire, nous examinerons la forme de cet ouvrage à travers la formulation des dogmes qui le composent pour déterminer dans quelle mesure l'écriture des *Pensées* constitue un exercice spirituel à part entière. À la lumière de cela, nous nous pencherons ensuite sur l'usage et la fonction des œuvres littéraires dans le processus d'assimilation et d'application de la théorie philosophique à travers l'analyse des citations qui jalonnent les *Pensées*.

### ***Les dogmes et leurs formulations***

Dans son *Introduction aux Pensées de Marc Aurèle*, Pierre Hadot met en avant une triple formulation des dogmes<sup>8</sup>. La première consiste en des listes de points fondamentaux, la deuxième en des reprises isolées et réitérées de certains de ses points et la troisième en des raisonnements plus développés. Examinons chacun de ces modes de formulation en commençant par un extrait contenant une liste de points fondamentaux :

*Lorsque tu t'irrites de quelque chose, c'est que tu as oublié* (Ὅταν δυσφορῆς ἐπὶ τινι, ἐπελάθου) que tout arrive conformément à la Nature universelle ; que la faute commise ne te concerne pas ; et, de plus, que tout ce qui arrive est toujours arrivé ainsi et arrivera toujours ainsi et, en ce moment même, arrive partout de cette manière ; à quel point la parenté de l'homme avec tout le genre humain est étroite : car ce n'est pas communauté de sang ou de semence mais communauté d'intellect, et tu as oublié aussi que l'intellect de chacun est Dieu et qu'il s'est

---

<sup>6</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 54 (nous soulignons).

<sup>7</sup> HADOT (1997) p. 98-115 et HADOT (2002), p. 165-193.

<sup>8</sup> HADOT (1997), p. 53-59.

écoulé en descendant de là-haut ; et qu'à chacun de nous, rien n'appartient en propre, mais que l'enfant, le corps, l'âme elle-même viennent d'en haut ; et que tout est jugement de valeur ; et que chacun ne vit et ne perd que le seul présent.<sup>9</sup>

Cette pensée évoque une série de huit points fondamentaux dont la formulation concise et efficace fait penser à des têtes ou titres de chapitres – en grec κεφαλαῖα. Ces dogmes fournissent un ensemble de ressources en vue de la règle de vie qui relève de la physique : « se complaire avec piété dans la présente conjonction des événements ». Dans le cas de cette liste, il est question précisément d'accepter avec sérénité ce qui nous arrive et ne dépend pas de notre volonté. Hadot recense au total neuf listes de ce genre dans les *Pensées*<sup>10</sup>, qui consistent chacune en une déclinaison de dogmes autour d'un même principe que l'on peut rattacher à une des trois règles de vie fondamentales. Ainsi, si on rassemble ces neuf listes de κεφαλαῖα, de dogmes, on obtient un panel complet des principes énoncés ou développés dans l'ouvrage<sup>11</sup>.

Le premier principe fondamental est celui selon lequel il n'y a de bien que le bien moral et de mal que le mal moral. De là, découlent ces dogmes : que ni la douleur ni le plaisir ne sont des maux<sup>12</sup> ; que la seule honte est le mal moral<sup>13</sup> ; que la faute que l'on commet contre nous ne nous touche pas<sup>14</sup> ; mais que celui qui commet une faute ne fait du mal qu'à lui-même<sup>15</sup> et qu'elle ne se trouve pas ailleurs qu'en lui<sup>16</sup> ; et enfin que nous ne pouvons subir absolument aucun dommage de la part d'autrui<sup>17</sup>.

Deux autres principes fondamentaux sont ceux selon lesquels, d'une part, seul ce qui dépend de nous peut être bien ou mal et, d'autre part, notre jugement et notre assentiment dépendent de nous. Il en résulte les dogmes suivants : qu'il ne peut y avoir de mal et de trouble pour nous que dans notre propre jugement, c'est-à-dire dans la manière dont nous nous représentons les choses<sup>18</sup> ; que l'homme est l'auteur de son propre trouble<sup>19</sup> ; que tout est donc affaire de jugement<sup>20</sup> ; que l'intellect est indépendant du corps<sup>21</sup> ; que les choses ne viennent

---

<sup>9</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 26.

<sup>10</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 1 ; IV, 3 ; IV, 26 ; VII, 22, 2 ; VIII, 21, 2 ; XI, 18 ; XII, 7 ; XII, 8 ; XII, 26.

<sup>11</sup> HADOT (1997), p. 54.

<sup>12</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 6 ; XII, 8.

<sup>13</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 1, 3.

<sup>14</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 1, 3 ; XII, 26.

<sup>15</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 26, 3.

<sup>16</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 29, 7 ; XII, 26.

<sup>17</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 1, 3 ; VII, 22, 2.

<sup>18</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 10 ; IX, 18, 11.

<sup>19</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 26, 2 ; XII, 8.

<sup>20</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 8 ; XII, 22 ; XII, 26.

<sup>21</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 6.

pas en nous pour nous troubler<sup>22</sup> ; que toute faute est en fait un faux jugement et procède de l'ignorance<sup>23</sup>.

À partir du principe qui affirme une unité, une rationalité du monde, Marc Aurèle formule ces dogmes : que tout vient de la Nature universelle<sup>24</sup>, même la méchanceté des hommes<sup>25</sup> ; que tout arrive conformément au Destin<sup>26</sup> ; que c'est donc conformément à l'ordre de l'univers que toutes choses se métamorphosent sans cesse<sup>27</sup>, mais aussi se répètent sans cesse<sup>28</sup> ; que nous devons mourir<sup>29</sup> ; qu'il faut en toute chose distinguer le causal (la raison) et le matériel<sup>30</sup> ; que c'est de la Raison universelle que provient la raison, qui est commune à tous les hommes et qui assure leur parenté, laquelle n'est pas une communauté de sang ou de semence<sup>31</sup> ; que les hommes sont faits les uns pour les autres<sup>32</sup>.

Un dernier groupe de κεφαλαῖα peut être rassemblé autour du principe qui consiste en la vision grandiose de l'immensité de la Nature universelle et de l'infinité de l'espace et du temps. De là proviennent les dogmes suivants : que l'ensemble de la vie est d'une durée minuscule<sup>33</sup> ; l'instant d'une durée infinitésimale<sup>34</sup> ; que la terre apparaît comme un point<sup>35</sup> ; que la renommée actuelle ou la gloire posthume sont totalement vaines<sup>36</sup> ; que l'on ne peut obtenir celles-ci que d'hommes qui se contredisent entre eux et avec eux-mêmes<sup>37</sup> ; qu'on ne peut respecter ceux-ci si on les voit tels qu'ils sont<sup>38</sup>.

Ces dogmes, formulés dans certaines pensées sous la forme de listes de κεφαλαῖα, sont également repris isolément et souvent réitérés tout au long de l'ouvrage<sup>39</sup>. Il s'agit du deuxième mode de formulation auquel recourt Marc Aurèle dans ses *Pensées*. Prenons l'exemple du dogme qui invite à repérer en toute chose ce qui est causal. Celui-ci est formulé dans une suite de κεφαλαῖα comme suit :

---

<sup>22</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 10.

<sup>23</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 1, 2 ; IV, 3, 4 ; IX, 18, 4-5.

<sup>24</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 26.

<sup>25</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XI, 18, 24.

<sup>26</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 26, 4.

<sup>27</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 11 ; XII, 21.

<sup>28</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 26.

<sup>29</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 4 ; XI, 18, 10.

<sup>30</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 8 ; XII, 18.

<sup>31</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 1, 3 ; XII, 26.

<sup>32</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 1, 4 ; IV, 3, 4 ; XI, 18, 1-2.

<sup>33</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VIII, 21, 2 ; IV, 26, 5 ; XII, 7.

<sup>34</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 14, 3 ; XII, 26.

<sup>35</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 8 ; VIII, 21, 2.

<sup>36</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 8 ; VIII, 21, 3 ; XII, 21 ; IV, 3, 7.

<sup>37</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 8 ; VIII, 21, 3.

<sup>38</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XI, 18, 3.

<sup>39</sup> HADOT (1997), p. 56.

Considère les causes formelles dépouillées de leur gangue. (Γυμνὰ τῶν φλοιῶν θεάσασθαι τὰ αἰτιῶδη.)<sup>40</sup>

Il est répété huit fois d'une manière isolée, sans commentaire, sans explication, dans l'ensemble des *Pensées*<sup>41</sup> : « Par la distinction entre la matière et la cause formelle. » (Διαίρεσις εἰς τὸ ὑλικὸν καὶ εἰς τὸ αἰτιῶδες), « Divise et analyse l'objet donné en sa cause et sa matière. » (Δίελε καὶ μέρισον τὸ ὑποκείμενον εἰς τὸ αἰτιῶδες καὶ ὑλικόν), « Cet objet, quel est-il en soi dans sa constitution propre ? Quelle en est la substance, la matière, la cause formelle ? » (Τοῦτο τί ἐστὶν αὐτὸ καθ'αὐτὸ τῆ ἰδίᾳ κατασκευῆ; τί μὲν τὸ οὐσιῶδες αὐτοῦ καὶ ὑλικόν, τί δὲ τὸ αἰτιῶδες;), « Tourne-toi <pour chaque objet> vers la nature de sa cause et considère celle-ci, abstraction faite de la matière. » (Ἴθι ἐπὶ τὴν ποιότητα τοῦ αἰτίου καὶ ἀπὸ τοῦ ὑλικοῦ αὐτὸ περιγράψας θεάσαι.), « La cause ? Examine-la. La matière ? Examine-la. » (Τὸ αἷτιον; ἴδε αὐτό. Ἄλλ' ἢ ὕλη; ἴδε αὐτήν.), « Voir ce que sont les choses en elles-mêmes, les analysant en leur matière, en leur cause [...] » (Αὐτὰ τὰ πράγματα ὁρᾶν, διαιροῦντα εἰς ὕλην, αἷτιον [...]), « Voir en toute circonstance quel est en lui-même cet objet qui produit en toi cette idée et chercher à te l'expliquer, l'analysant en sa cause, en sa matière [...] (Ὁρμή σου ἔστω εἰς τὸ πάντως αἰεὶ ὁρᾶν, τί ἐστὶν αὐτὸ ἐκεῖνο τὸ τὴν φαντασίαν σοι ποιοῦν, ἀναπτύττειν διαιροῦντα εἰς τὸ αἷτιον, εἰς τὸ ὑλικόν [...]), « Le salut de la vie, c'est de voir à fond ce qu'est en lui-même chaque objet, quelle en est la matière, quelle en est la cause formelle. » (Σωτηρία βίου ἕκαστον δι' ὅλου αὐτὸ τί ἐστὶ ὁρᾶν, τί μὲν αὐτοῦ τὸ ὑλικόν, τί δὲ τὸ αἰτιῶδες.)

Nous constatons qu'il ne s'agit pas seulement de la répétition d'un contenu, d'une idée, celle de distinguer entre matière et cause formelle, mais également de la répétition d'une formulation. D'abord, certains termes sont redondants. Ainsi, pour exprimer l'idée d'examen, Marc Aurèle utilise les verbes θεάομαι (contempler, considérer, examiner) et ὁράω (voir, regarder) qui reviennent respectivement deux et trois fois. L'idée de distinction est répétée à quatre reprises à travers trois occurrences du verbe διαίρω (diviser, séparer, distinguer) et une occurrence du substantif ἡ διαίρεσις (division, distinction). La « cause formelle » est exprimée cinq fois par le terme τὸ αἰτιῶδες et quatre fois par le terme τὸ αἷτιον. La « matière » est exprimée par le substantif ἡ ὕλη à deux reprises et par l'adjectif substantivé τὸ ὑλικόν à six reprises. Ensuite, certaines tournures se répètent, telles que διαίρω εἰς (quatre fois) ou τί ἐστὶν αὐτὸ (trois fois).

---

<sup>40</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 8.

<sup>41</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 21, 5 ; VII, 29, 5 ; VIII, 11 ; IX, 25 ; IX, 37 ; XII, 10 ; XII, 18 ; XII, 29.



Cette redondance de contenu et de formulation est valable pour d'autres dogmes. Celui selon lequel les choses ne pénètrent pas en nous, présent dans une liste de κεφαλαῖα<sup>42</sup>, revient, parfois mot à mot, parfois sous une forme légèrement différente, dix-huit fois<sup>43</sup> ou celui qui dit que tout est jugement, formulé dans deux listes de κεφαλαῖα<sup>44</sup>, se rencontre isolément deux fois<sup>45</sup>. Il serait fastidieux de citer tous les cas de répétition que l'on trouve tout au long de l'ouvrage. Retenons donc que certaines pensées reprennent les différents κεφαλαῖα ou dogmes, dont Marc Aurèle donne plusieurs fois la liste dans ses *Pensées*. Ces reprises sont formulées sous des formes littéraires redondantes au niveau des termes et des tournures, ce qui les rend élaborées et frappantes.

Nous rencontrons un troisième mode de formulation des dogmes dans les *Pensées*. Il s'agit cette fois de reconstruire l'argumentation qui les justifie, ou même de réfléchir sur les difficultés qu'ils peuvent soulever<sup>46</sup>. Si, pour pratiquer la philosophie et orienter son action en vue de l'attitude fondamentale d'attention, Marc Aurèle reconnaît la nécessité de revenir souvent aux dogmes en les réactivant, il insiste aussi sur l'importance des fondements théoriques qui les sous-tendent. Sans ceux-ci, les formules dogmatiques, même souvent répétées, finiront par se vider de leur sens. Ainsi, par exemple, Marc Aurèle fonde le dogme qui affirme que le monde est une cité sur un raisonnement complexe qu'il développe et que l'on peut résumer comme suit : est une cité un groupe d'êtres soumis aux mêmes lois, c'est-à-dire à la loi de la Raison, donc le monde est cité<sup>47</sup>. Bien d'autres dogmes font ainsi l'objet de développements théoriques ou de discussions techniques, comme celui qui dit que tout arrive conformément à la Nature<sup>48</sup>, ou que les hommes sont faits les uns pour les autres en vertu de leur intellect<sup>49</sup>, ou encore que rien ne peut faire obstacle à l'intellect et à la raison<sup>50</sup>.

Cette triple formulation des dogmes dans les *Pensées* témoigne du fait que l'exercice d'écriture à l'œuvre dans cet ouvrage est un exercice de réécriture. Il consiste en effet en se redire, à se répéter un nombre relativement restreint de principes, de dogmes pour les réactiver. Cette réactivation passe par une incessante (re)formulation écrite de ceux-ci, tantôt sont réunis

---

<sup>42</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3, 10.

<sup>43</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, V, 19 ; VI, 52 ; VII, 2, 2 ; VIII, 47 ; IX, 13 ; IX, 15 ; XI, 11 ; XI, 16 ; XII, 22 ; XII, 25 ; IV, 7 ; IV, 39, 2 ; V, 2 ; VII, 14 ; VII, 16 ; VIII, 29 ; VIII, 40 ; VIII, 49.

<sup>44</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 8 ; XII, 26.

<sup>45</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 15 ; XII, 22.

<sup>46</sup> HADOT (1997), p. 58.

<sup>47</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 4.

<sup>48</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, V, 8 ; VII, 9.

<sup>49</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IX, 9.

<sup>50</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, X, 33.

dans des listes, tantôt isolés et sans explication ou au contraire accompagnés d'un développement. Ainsi, Marc Aurèle est sans doute celui qui pousse au plus loin l'exercice d'écriture qui permet la transformation de soi exigée par la pratique de la philosophie en tant qu'art de vivre :

Que ces pensées te suffisent, si elles sont pour toi des principes de vie. Rejette loin de toi la soif de lire, afin de ne pas mourir en murmurant, mais vraiment dans la sérénité et en rendant grâce du fond du cœur aux dieux. (Ἄει δόγματα ἔστω. Τὴν δὲ τῶν βιβλίων δίψαν ῥῆψον, ἵνα μὴ γογγύζων ἀποθάνῃς, ἀλλὰ ἴλεως ἀληθῶς καὶ ἀπὸ καρδίας εὐχάριστος τοῖς θεοῖς.)<sup>51</sup>

La « soif de lire » fait allusion à ce travers, que nous avons déjà évoqué à plusieurs reprises, de rester dans la théorie, dans le λόγος, dans la spéculation philosophique, dans la connaissance pour la connaissance. Si Marc Aurèle écrit, c'est pour avoir toujours à l'esprit et sous la main les dogmes stoïciens afin de les appliquer en toute circonstance. Ainsi, il réalise pleinement la fonction *éthopoïétique* de l'écriture en tant qu'exercice spirituel.

### ***Les citations dogmatiques***

Dans les *Pensées*, nous recensons au total quarante-cinq citations<sup>52</sup>. Les auteurs les plus cités sont Épictète<sup>53</sup> (10), Homère<sup>54</sup> (6), Euripide<sup>55</sup> (6) et Platon<sup>56</sup> (4) qui, à eux quatre, représentent plus de la moitié des citations. Nous trouvons ensuite Hésiode<sup>57</sup>, Démocrite<sup>58</sup>, Épicure<sup>59</sup>, Ménandre<sup>60</sup> et Aristophane<sup>61</sup>, qui sont chacun cités deux fois. D'autres auteurs encore apparaissent seulement une fois : Antisthène<sup>62</sup>, Héraclite<sup>63</sup>, Empédocle<sup>64</sup>, Pindare<sup>65</sup>,

---

<sup>51</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 3, 3 (nous soulignons).

<sup>52</sup> Nous mentionnons au passage l'intéressante étude de Guido Cortassa au sujet du contenu des citations de Marc Aurèle dans le contexte de l'œuvre, mais aussi dans leur littéralité. Cette étude ne concerne donc pas seulement Marc Aurèle, mais aussi le texte et l'interprétation des auteurs cités. Cf. CORTASSA G., *Il filosofo, i libri, la memoria. Poeti e filosofi nei Pensieri di Marco Aurelio*, Torino, Tirrenia Stampatori, 1989.

<sup>53</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 41 ; V, 29 ; VII, 63 ; XI, 33 ; XI, 34 ; XI, 35 ; XI, 36 ; XI, 37 ; XI, 38 ; XI, 39.

<sup>54</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 33 ; V, 31 ; VI, 10 ; IX, 24 ; X, 34 ; XI, 31.

<sup>55</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 36 ; VII, 10 ; VII, 50 ; VII, 51 ; X, 21 ; XI, 6.

<sup>56</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 35 ; VII, 44 ; VII, 45 ; VII, 46.

<sup>57</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, V, 33 ; XI, 32.

<sup>58</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3 ; IV, 24.

<sup>59</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VIII, 33 ; VII, 64.

<sup>60</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 15 (il s'agit d'un fragment de Ménandre cité par Diogène Laërce) ; V, 12.

<sup>61</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 23 (il s'agit d'un fragment dont l'attribution à Aristophane est incertaine) ; VII, 41-42.

<sup>62</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 36. Il s'agit en réalité d'une citation d'Antisthène par Épictète.

<sup>63</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 46.

<sup>64</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 3.

<sup>65</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 13. Il s'agit en réalité d'une citation de Pindare par Platon.

Sophocle<sup>66</sup>, Ésope<sup>67</sup>. Il faut ajouter à cela un fragment d'un poète tragique non identifié<sup>68</sup> et deux citations dont l'auteur est inconnu<sup>69</sup>.

Nous pouvons faire deux constats généraux quant à la formulation de ces citations. Le premier est que sur quarante-quatre, Marc Aurèle en mentionne l'auteur seulement à cinq reprises. Il s'agit de trois citations d'Épictète<sup>70</sup>, un passage d'Héraclite<sup>71</sup> et une maxime d'Épicure<sup>72</sup>. Le fait que près de 90% des citations soient mentionnées sans leur auteur tient à deux raisons qui relèvent d'une part de la forme d'écriture et d'autre part du but des *Pensées* que nous avons définis en détail dans le chapitre premier de la première partie du travail.

Tout d'abord, nous nous situons dans le cadre d'un texte *hypomnématique*, c'est-à-dire qui consiste en des notes personnelles. Marc Aurèle, qui a lu ces citations, sait très certainement d'où elles proviennent. Étant donné qu'il écrit pour lui-même, il ne lui semble pas nécessaire d'en préciser l'auteur. Ensuite – et c'est sans doute la raison principale – l'intérêt de ces citations n'est pas tant leur auteur que leur contenu. Marc Aurèle les a choisies pour leur forme concise et concentrée qui facilite leur mémorisation et qui leur confère une certaine force persuasive et exhortative. Peu importe finalement qui en est l'auteur, ce qui compte c'est l'effet que produisent ces formules sur lui-même et ce qu'elles lui évoquent. Voici un exemple :

« *Traite peu d'affaires, dit-on, si tu veux te conserver en bonne humeur*<sup>73</sup>. » (Ὀλίγα πρῆττε, φησὶν, εἰ μέλλεις εὐθυμήσειν.) Ne vaudrait-il pas mieux faire le nécessaire et tout ce que prescrit la raison de l'être naturellement sociable, et comme elle prescrit de le faire ?<sup>74</sup>

Cette pensée illustre bien l'usage que nous venons de définir. Elle commence par une citation dont l'auteur, Démocrite, n'est pas mentionné. Cette citation est courte, donc facile à retenir, et formulée sous la forme d'un ordre, ce qui la rend persuasive et exhortative. La forme brève et péremptoire de cette citation atteste l'effet recherché par Marc Aurèle. Par ailleurs, l'explication qui la suit est intéressante parce qu'elle nous montre ce à quoi elle renvoie et ce qu'elle évoque pour Marc Aurèle.

---

<sup>66</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XI, 6.

<sup>67</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XI, 22.

<sup>68</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XI, 30.

<sup>69</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 39 ; VII, 51.

<sup>70</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 41 ; XI, 34 ; XI, 36.

<sup>71</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 46.

<sup>72</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 64.

<sup>73</sup> Fragment de Démocrite. C'est une des maximes fondamentales de sa morale que le bonheur réside dans la paix tranquille du cœur, dans la « bonne humeur ».

<sup>74</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 24.

Le second constat est que nous pouvons diviser ces citations en deux groupes égaux : celles qui sont mentionnées dans une pensée<sup>75</sup> et celles qui constituent une pensée à part entière<sup>76</sup>. Dans le premier groupe, nous pouvons observer deux types de cas. Le plus fréquent est celui où Marc Aurèle se livre à une réflexion sur un sujet et mobilise une citation dans son développement. Cette citation sert à la fois à appuyer, à étayer le propos mais aussi à le résumer, à le ramasser, à le concentrer derrière une image. Nous avons déjà mis en évidence cette fonction chez Épictète.

La *Pensée* 3 du livre IV en offre un bon exemple. Il s'agit d'une longue réflexion au sujet de la retraite intérieure. Marc Aurèle explique la nécessité d'avoir en son âme des maximes concises et essentielles pour exclure l'ennui et guérir de l'irritation :

Parmi les maximes tenues à ta portée, sur lesquelles tu te pencheras, qu'il y ait ces deux-ci : d'abord, les choses n'atteignent pas l'âme, elles demeurent au-dehors, immobiles ; les troubles ne proviennent que de l'opinion intérieure. En second lieu, tout ce spectacle que tu vois, en un clin d'œil va se transformer, cesser d'être. Et que de choses dont les transformations t'ont déjà eu toi-même pour témoin, penses-y constamment ! « *Le monde n'est que changement ; la vie n'est qu'opinion*<sup>77</sup>. » (Ὁ κόσμος ἀλλοίωσις, ὁ βίος ὑπόληψις.)<sup>78</sup>

Cet extrait, qui correspond à la fin de la *Pensée*, contient deux exemples de maximes à tenir à portée de main. La première concerne l'opinion, la seconde le changement. La sentence de Démocrite résume ces deux maximes qui en sont le développement, la réflexion.

Dans ce premier groupe, nous relevons une autre façon de formuler les citations. Il s'agit de commencer la citation dans le développement de la pensée et de la terminer à la fin de la pensée. En d'autres termes, la citation est entrecoupée par les propos de Marc Aurèle. Nous recensons deux citations de ce genre, une de Ménandre<sup>79</sup> et une de d'Homère<sup>80</sup>. Regardons la *Pensée* 12 du livre V qui contient la citation en deux parties de Ménandre :

Quelle est la nature de ce que le vulgaire prend pour des biens ? On peut s'en rendre compte de la manière suivante. Supposons qu'un homme envisage, avec la pensée que ce sont de vrais biens, certaines choses existantes, comme la sagesse, la tempérance, la justice, le courage. Après les avoir envisagées, il ne pourrait plus entendre le vers : « *Il est si riche...* (ὕπο τῶν ἀγαθῶν...) » Cela porterait à faux. Au contraire, si l'on envisage au préalable ces choses que le vulgaire prend pour des biens, on écoutera jusqu'au bout et on accueillera aisément le mot du poète comique, comme une suite appropriée. Tant le vulgaire imagine bien la différence ! Sans

<sup>75</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 13 ; II, 15 ; IV, 3 ; IV, 23 ; IV, 24 ; IV, 33 ; IV, 41 ; V, 12 ; V, 29 ; V, 31 ; V, 33 ; VII, 10 ; VIII, 33 ; VII, 50 ; VII, 63 ; VII, 64 ; IX, 24 ; X, 21 ; X, 34 ; XI, 6 (2) ; XII, 3.

<sup>76</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, VII, 35 ; VII, 36 ; VII, 38 ; VII, 39 ; VII, 40 ; VII, 41-42 ; VII, 44 ; VII, 45 ; VII, 46 ; VII, 51 (2) ; XI, 22 ; XI, 30 ; XI, 31 ; XI, 32 ; XI, 33 ; XI, 34 ; XI, 35 ; XI, 36 ; XI, 37 ; XI, 38 ; XI, 39.

<sup>77</sup> Pensée de Démocrite.

<sup>78</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, IV, 3 (nous soulignons).

<sup>79</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, V, 12.

<sup>80</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, X, 34.

cela, en effet, ce vers ne choquerait pas dans le premier cas et ne semblerait pas déplacé, alors que, quand il s'agit de la richesse et des bonheurs qu'on attribue au luxe ou à la gloriole, nous accueillons ces paroles comme convenables et spirituelles. Poursuis donc et demande-toi s'il faut estimer et regarder comme bonnes de ces choses qui, si on les envisageait d'abord, amèneraient naturellement cette conclusion : leur possesseur en est si riche « *qu'il ne sait plus où se soulager*<sup>81</sup>. » (οὐκ ἔχειν ὅποι χέση)<sup>82</sup>

Cette pensée est intéressante car elle consiste en une réflexion et en une interprétation de la citation de Ménandre. Marc Aurèle l'utilise pour créer une sorte d'opposition entre deux camps : les choses que le vulgaire prend pour des biens, que sont le luxe et la gloriole, et les vrais biens, que sont la sagesse, la tempérance, la justice, le courage. Le vers de Ménandre sert en fait à faire la différence entre ces deux types de biens. S'il est applicable à certaines choses, c'est que ces choses ne sont pas de vrais biens. Dans le cas contraire, c'est que ces choses sont de vrais biens.

La division du vers en deux parties, dont l'une est située au début de la pensée et l'autre à la fin, produit un effet de boucle bouclée. Marc Aurèle énonce sa thèse au moyen de la première moitié de la citation. Il la développe ensuite en quelques lignes. La seconde moitié de la citation fait partie de la conclusion, qui reformule la thèse autrement. Cet usage montre à quel point Marc Aurèle tire des citations tout leur contenu, toute leur substance et toute leur faculté de renvoi et d'allusion aux dogmes et doctrines stoïciens. Le fait de diviser la citation en deux parties, chacune entrecoupée d'une réflexion, relève selon nous d'un procédé d'assimilation efficace et total à travers lequel on voit bien les étapes de méditation et de mémorisation à l'œuvre<sup>83</sup>.

Regardons maintenant le second groupe de citations. Dans ce groupe, les citations constituent une pensée à part entière. Cela signifie que Marc Aurèle ne les accompagne d'aucune explication ou réflexion, qu'elle soit introductive, intermédiaire ou conclusive. Ce qui est intéressant, c'est que ces citations sont regroupées à deux endroits des *Pensées*, les une à la suite des autres, à la manière d'une liste. Cela semble s'approcher des listes de κεφαλαῖα dont nous avons discuté ci-dessus. La différence est que ces dernières forment une seule et même pensée alors que dans le cas de ces citations, il s'agit de plusieurs pensées qui se suivent. Pour ne pas confondre, nous pourrions parler d'enchaînement de pensées.

Le premier enchaînement se trouve au livre VII. De la *Pensée* 35 à la *Pensée* 51, nous observons dix pensées-citations. L'enchaînement n'est pas parfait. Il est en effet interrompu par

---

<sup>81</sup> MÉNANDRE, *Phasma*, V. 42-43.

<sup>82</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, V, 12 (nous soulignons).

<sup>83</sup> L'écriture permet l'assimilation de ce qui a été appris à travers l'exercice de la méditation et de la mémorisation.

les *Pensées* 37, 43, 47, 48 et 49, qui ne contiennent pas de citation, ainsi que par la *Pensée* 50, qui contient une citation et son explication. Les auteurs cités sont variés : quatre citations de Platon, une d'Antisthène, deux d'Euripide, une d'Aristophane et une d'un auteur inconnu. Le second enchaînement se trouve au livre XI. Les *Pensées* 30 à 39 sont toutes des citations sans exception. Dans l'ordre, il y a un fragment d'un poète tragique, un passage de l'*Odyssée* d'Homère, un extrait des *Travaux et des jours* d'Hésiode, et sept citations des *Entretiens* ou des fragments d'Épictète.

Il est important de préciser qu'il n'y a aucune unité thématique ou dogmatique entre les citations de ces enchaînements. Celles-ci se succèdent les unes aux autres, sans lien et sans cohérence, à l'image de toute l'œuvre des *Pensées* qui consiste en un ensemble de réflexions rédigées au jour le jour. La seule hypothèse que nous pourrions faire est que ces enchaînements de citations ont été écrits d'une traite. La suite des sept extraits provenant des *Entretiens* et des fragments d'Épictète à la fin du second enchaînement va dans ce sens.

Nous constatons que les citations, aussi bien dans leur formulation que dans leur usage et leur fonction, s'apparentent à ce que nous avons dit au sujet des dogmes. En ce sens, il nous semble que les citations sont des dogmes. Leur brièveté, leur concentration et leur force persuasive et exhortative attestent de l'essence même des *Pensées* qui consistent en un exercice d'écriture quotidien pour maintenir en éveil un état intérieur qui risque de s'assoupir et de s'éteindre :

Quand la flamme de la lampe continue de briller jusqu'à extinction sans rien perdre de son éclat, la sincérité, la justice, la tempérance qui sont en toi vont-elles s'éteindre avant l'heure ? (Ἦ τὸ μὲν τοῦ λύχνου φῶς, μέχρι σβεσθῆναι, φαίνει καὶ τὴν αὐγὴν οὐκ ἀποβάλλει, ἢ δὲ ἐν σοὶ ἀλήθεια καὶ δικαιοσύνη καὶ σωφροσύνη προαποσβήσεται;)<sup>84</sup>

Dans la pratique de l'exercice spirituel de la lecture couplée à l'écriture, les *Pensées* font partie de la seconde étape, celle de l'écriture, celle de l'assimilation et de la mise en application. Les dogmes et les citations qui se répètent d'un bout à l'autre de l'ouvrage ne servent pas à exposer une doctrine, mais à réactiver quotidiennement les représentations et les pratiques qui permettent d'être constamment dans la disposition d'esprit fondamentale du philosophe. En ce sens, l'écriture des *Pensées* est tout entière un processus de passage à l'action philosophique, c'est-à-dire la transformation de sa manière d'être et de vivre. Marc Aurèle est

---

<sup>84</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, XII, 15 (nous soulignons).

sans doute celui qui pousse au plus loin cette idée de mise en pratique quand il dit : « Laisse là les livres. Ne te laisse plus distraire, cela ne t'est plus permis.<sup>85</sup> »

---

<sup>85</sup> MARC AURÈLE, *Pensées*, II, 2, 2.

### CHAPITRE III : Sénèque : la direction spirituelle des *Lettres à Lucilius*

Les *Lettres* de Sénèque constituent un cas particulier par rapport aux *Entretiens* et au *Manuel* d'Épictète ainsi qu'aux *Pensées* de Marc Aurèle. Chez ces deux derniers auteurs, la pratique de la philosophie passe par la maîtrise et l'application de trois domaines d'exercices spirituels. En revanche, chez Sénèque, philosopher signifie soit guérir une âme malade et la libérer de ses vices, soit s'assurer par avance de l'âme qui, tout en étant encore exempte de vices, incline cependant à se détériorer :

Nos manquements procèdent de deux causes ; ou l'âme recèle de tendances vicieuses, que les opinions malsaines lui ont fait contracter, ou même si l'erreur ne la domine pas, elle incline à l'erreur et bien vite sur la pente où l'engagement des représentations fausses elle trouve sa perte. *C'est pourquoi nous devons soit guérir radicalement l'âme malade et la délivrer de ses vices, soit, au cas où elle est libre encore, mais penche vers le mal, nous emparer d'elle les premiers. (Itaque debemus aut percurare mentem aegram et vitiis liberare aut vacantem quidem sed ad peiora pronam praeoccupare).*<sup>1</sup>

À travers sa correspondance avec Lucilius, Sénèque s'efforce de rendre l'âme de celui-ci meilleure en exerçant sur son attitude psychique une influence corrective, thérapeutique. C'est ce qu'Ilsetraut Hadot appelle la « direction spirituelle », pratique philosophique qu'elle situe au centre de la pensée de Sénèque dans son ouvrage intitulé *Direction spirituelle et pratique de la philosophie*<sup>2</sup>. La définition des objectifs et de la méthodologie de cette notion nous permettra de poser un cadre pertinent pour analyser l'usage de la lecture et de l'écriture à travers la formulation et la fonction des citations dans les *Lettres à Lucilius*.

La direction spirituelle de Sénèque comporte deux étapes : premièrement, une étape dogmatique ou théorique, et deuxièmement, une étape parénétiq ue ou pratique. Cette structure d'enseignement peut être observée dans les *Lettres* à travers les citations. En effet, selon l'étape de la direction spirituelle dans laquelle se trouve Sénèque, il mobilise un certain type de citations dont il adapte la formulation et l'usage selon le but pédagogique poursuivi : premièrement, préparer Lucilius, et deuxièmement, le former.

---

<sup>1</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 13 (nous soulignons).

<sup>2</sup> HADOT I., *Sénèque. Direction spirituelle et pratique de la philosophie*, Paris, Vrin, 2014.



## *Direction spirituelle et pratique de la philosophie*<sup>3</sup>

Les *Lettres* 94 et 95 contiennent un exposé détaillé des objectifs et de la méthodologie de la direction spirituelle et de la guérison de l'âme<sup>4</sup>. Il y est question de deux parties de la philosophie pratiquée en tant qu'art de vivre : la partie « dogmatique » et la partie « parénétiq ue », selon les termes d'Ilsetraut Hadot<sup>5</sup>. La dogmatique comprend les doctrines philosophiques, les *dogmata*, dont le rôle est de fournir des règles de conduite pour diriger ses actions<sup>6</sup> et avoir la conviction d'avoir bien agi<sup>7</sup>. Plus haut, nous avons associé cette partie dogmatique à un λόγος, discours ou théorie. Les dogmes présentent en effet le but de l'existence et en définissent le bien suprême, celui auquel doivent aspirer toutes les paroles et toutes les actions. Ce bien suprême (*summum bonum*), c'est le bonheur, la vie heureuse qui consiste en la vertu :

Dans l'homme également la question n'est donc pas de savoir ce qu'il exploite d'arpents et de capitaux, combien de clients viennent lui rendre hommage, de quelle précieuse matière est fait son lit de table, de quelle eau est le cristal de sa coupe, mais dans quelle mesure il est bon. *Or, il est bon, si sa raison est développée dans toute sa rectitude, en harmonie avec les aspirations de sa nature. Voilà ce qu'on appelle la vertu ; voilà l'honnête, c'est-à-dire, l'unique bien de l'homme. (Bonum autem est si ratio eius explicita et recta est et ad naturae suae voluntatem accommodata. Haec vocatur virtus, hoc est honestum et unicum hominis bonum).* Puisque la raison seule rend l'homme parfait, seule la raison le rend parfaitement heureux ; et son unique bien est ce qui seul lui confère le bonheur.<sup>8</sup>

Ainsi, c'est la raison dans son état de perfection, achevée (*ratio perfecta*), ou la vertu (*virtus*), qui est garante du bonheur humain. Cet état équivaut d'une part à une vie conforme à la loi de la nature universelle et d'autre part à une vie conforme à la loi de la nature spécifique, c'est-à-dire de la nature humaine<sup>9</sup>. Dans cet optique, pour être heureux, il incombe à tout homme de parfaire sa raison ou à tout le moins de l'approcher le plus possible de la perfection.

La parénétiq ue a pour tâche de donner des prescriptions, des *praecepta*, qui orientent et soutiennent les actions dans l'optique des dogmes appris dans la dogmatique :

« Quand un homme a des principes droits et fondés sur l'honnête, les avertissements sont pour lui superflus. » Point du tout. *Cet homme même, s'il est instruit de ses devoirs, n'en a*

---

<sup>3</sup> Nous reprenons le titre de l'ouvrage d'Ilsetraut Hadot cité ci-dessus.

<sup>4</sup> HADOT (2014), p. 23.

<sup>5</sup> HADOT (2014), p. 25. Nous avons déjà évoqué cette distinction entre *praecepta* et *dogmata* dans le chapitre premier de la première partie pour définir la philosophie en tant qu'art de vivre, en tant que τέχνη, en tant qu'*ars vitae*.

<sup>6</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 95, 44.

<sup>7</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 95, 39.

<sup>8</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IX, 76, 15-16 (nous soulignons).

<sup>9</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IX, 124, 14.

*pas une vue suffisamment distincte. Ce ne sont pas seulement nos passions qui nous empêchent de bien faire, c'est aussi l'inhabileté à découvrir ce que chaque circonstance exige. À certains moments, l'ordre règne dans notre âme, mais elle n'a pas de ressort, elle s'oriente mal au milieu de ses multiples devoirs : les bons avis lui montrent la voie. (Nam hic quoque doctus quidem est facere quae debet, sed haec non satis perspicit. Non enim tantum adfectibus impedimur quominus probanda faciamus sed imperitia inveniendi quid quaeque res exigat. Habemus interdum compositum animum, sed residem et inexercitatum ad inveniendam officiorum, quam admonitio demonstrat.)<sup>10</sup>*

Les préceptes relèvent de l'avertissement, du conseil qui varie selon chaque circonstance, selon chaque rôle attribué à chacun dans la vie. Ainsi, par exemple, ils donnent au mari des conseils sur la manière de se comporter avec son épouse, au père sur l'éducation de ses enfants, au maître sur le traitement de ses esclaves<sup>11</sup>. C'est à cette partie qu'il incombe, par des préceptes, de limiter et d'écarter les passions<sup>12</sup>, d'amener à accomplir ses devoirs<sup>13</sup> et d'enseigner le bien agir<sup>14</sup>. Plus haut, nous avons associé cette partie parénétiq ue qui consiste en la dispensation de préceptes particuliers, à une ἄσκησις, un entraînement ou une pratique.

C'est autour de l'objectif de vertu que s'articulent l'enseignement des dogmes et la prescription de préceptes, la dogmatique et la parénétiq ue :

La vertu comprend deux parties : la contemplation du vrai et l'action. Nous nous formons à la contemplation par l'enseignement doctrinal, à l'action par l'avertissement. (In duas partes virtus dividitur, in contemplationem veri et actionem. Contemplationem institutio tradit, actionem admonitio.)<sup>15</sup>

L'« enseignement doctrinal », c'est-à-dire la partie dogmatique que Sénèque apparente à la « contemplation », explique comment agir. Il s'agit de la première étape pour parvenir à la vertu. L'âme doit devenir vertueuse en acquérant toute une série d'aptitudes au moyen d'un savoir authentique, qui repose sur la vérité, appelé en latin *scientia rerum*<sup>16</sup>. Ce savoir est absolument indispensable à l'action droite qui, pour être valable, doit être consciente. Selon

---

<sup>10</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 32 (nous soulignons).

<sup>11</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 1.

<sup>12</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 47.

<sup>13</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 34.

<sup>14</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 45.

<sup>15</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 45 (nous soulignons).

<sup>16</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, VII, 66, 6. Une âme tournée vers le vrai, instruite de ce qu'il faut fuir et de ce qu'il faut rechercher, estimant les choses à leur valeur naturelle, abstraction faite de l'opinion, en communication avec tout l'univers et attentive à explorer tous les secrets, se contrôlant elle-même dans ses actions comme dans ses pensées, pleine d'énergie et pleine de grandeur, invincible aux duretés autant qu'aux caresses, également fière vis-à-vis de la bonne ou la mauvaise fortune, dominant de très haut la contingence et l'accident, d'une beauté où la grâce et la force s'équilibrent en parfaite harmonie ; saine, tempérante, imperturbable, intrépide, qu'aucune violence ne brise, sur qui les événements sont sans pouvoir pour l'exalter ou pour l'abattre : *une telle âme est la vertu (talīs animus virtus est)*.

Sénèque, la vertu n'apparaît qu'avec la présence de la conscience éthique, c'est-à-dire la liaison du savoir (*scientia*) et de l'intention (*voluntas*) :

La vertu est science d'elle-même, mais aussi d'autres choses qu'il faut étudier pour l'étudier elle-même. Une action ne sera pas droite si la décision ne l'est pas, car l'action découle de cette décision. La décision derechef ne sera pas droite si l'état de l'âme n'est pas droit, puisqu'elle découle de cet état. (*Actio recta non erit nisi recta fuerit voluntas ; ab hac enim est actio. Rursus voluntas non erit recta nisi habitus animi rectus fuerit ; ab hoc enim est voluntas.*) Or l'état de l'âme ne sera au point de perfection que lorsque l'on aura discerné le statut de l'existence humaine en général, pesé le jugement à porter sur chaque chose et réduit ces choses à leur réalité.<sup>17</sup>

Cet extrait explique parfaitement le lien entre savoir (*scientia*), décision (*voluntas*) et action (*actio*) : un savoir vrai induit une décision correcte qui induit elle-même une action droite. Ce savoir consiste d'une part en l'évaluation des choses à leur prix véritable, ce qui revient à dire qu'il faut connaître la doctrine des biens et celle des devoirs, et d'autre part en des considérations sur l'univers pour connaître ses causes et ses enchaînements, ce qui revient à dire qu'il faut s'occuper de cosmologie et de théologie. Pour résumer ce savoir, Sénèque parle de « science des choses divines et humaines » :

Elle [la vertu] n'en est pas moins grande, même si, partout rebutée, elle s'est retirée en elle-même. Elle n'a rien perdu, en effet, de ses attributs : hauteur et noblesse des sentiments, prudence consommée, esprit d'équité incapable de dévier. *Elle n'en est donc pas moins heureuse, car le bonheur réside en un seul et même lieu, en l'esprit lui-même ; le bonheur majestueux, stable et tranquille, tel que seule peut le procurer la science des choses divines et humaines. (Ergo aeque beata est, beatum enim illud uno loco positum est, in ipsa mente, stabile, grande, tranquillum, quod sine scientia divinarum humanorumque non potest effici.)*<sup>18</sup>

Nous reconnaissons dans cette science des choses divines et humaines la connaissance de la physique et de l'éthique stoïciennes en tant que parties de la philosophie.<sup>19</sup> La logique est absente. Elle ne reçoit en effet qu'une attention négative de la part de Sénèque qui considère ses excès de subtilité non seulement comme superflus, mais encore comme déroutants.<sup>20</sup> Il n'est pas question ici de nous livrer à une étude de la pratique des parties physiques et éthiques de la philosophie en tant qu'exercices spirituels<sup>21</sup>. Nous retiendrons seulement que la pratique de la vertu consiste en la pratique des vertus physiques et éthiques<sup>22</sup>.

---

<sup>17</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 95, 57 (nous soulignons).

<sup>18</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VIII, 74, 29.

<sup>19</sup> HADOT (2014), p. 205.

<sup>20</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XI-XIII, 88, 43 *sq.*

<sup>21</sup> Pour de plus amples informations à ce sujet, voir HADOT (2014), p. 211-216 et pour de plus amples informations au sujet de la relation entre les *Lettres* et le rôle des exercices spirituels, voir SORABJI R., *Emotion and Peace of Mind, From Stoic Agitation to Christian Temptation*, Oxford, Oxford University Press, 2000, p. 161-163.

<sup>22</sup> HADOT (2014), p. 209.

Si la dogmatique, que nous venons de définir comme un savoir authentique sur les choses divines et humaines, sur la physique et l'éthique, enseigne *comment faire*, la parénétiq ue prescrit *ce qu'il faut faire*. C'est ce que Sénèque appelle dans l' « avertissement ». Cela consiste en l'application de la vertu acquise par l'étude des dogmes. En ce sens, il s'agit de l' « actualisation de ce savoir dans le passage à l'acte<sup>23</sup> » :

Tu n'as pas moins à faire que le médecin en tant de peste ! Les mots seuls t'occupent ? Réjouis-toi bien vite, si déjà tu suffis aux choses. *Mais quand auras-tu achevé d'acquérir tant de connaissances ? Quand, de les graver si bien en toi-même, une fois acquises, qu'elles ne puissent plus sortir de ta mémoire ? Quand, de les mettre à l'épreuve ? Il n'en est pas en effet de celles-ci comme des autres, qu'il suffit de confier à sa mémoire : c'est à l'œuvre qu'il les faut essayer. L'homme heureux n'est pas celui qui sait seulement, mais qui fait (Quando tam multa discas ? Quando quae didiceris adfiges tibi ita ut excidere non possint ? Quando illa experieris ? Non enim, ut cetera, memoriae tradidisse satis est : in opere temptanda sunt ; non est beatus qui scit illa, sed <qui> facit).*<sup>24</sup>

Nous retrouvons ici clairement la fonction *éthopoiétique* à l'œuvre dans la pratique de la philosophie à travers l'exercice spirituel de la lecture et de l'écriture, celle de transformer la vérité en *ἥθος*, ou plutôt en *habitus*. À travers ses trois questions rhétoriques, Sénèque mentionne les deux étapes et le but de la pratique de la philosophie en tant qu'enseignement et en tant qu'exercice. Il s'agit d'abord « d'acquérir des connaissances », c'est-à-dire d'apprendre, de connaître. Cela correspond à l'étape dogmatique et à l'exercice de la lecture qui nous alimente en principes, dogmes et doctrines. Il s'agit ensuite de « graver les connaissances si bien en nous-mêmes qu'elles ne puissent plus sortir de notre mémoire ». Cela correspond à l'étape parénétiq ue et à l'exercice de l'écriture qui implante, inscrit dans l'âme les discours théoriques de manière à ce qu'ils fassent partie de nous et soient toujours à portée de main.

Ces deux étapes réalisées par ces deux exercices conduisent à la réalisation de l'essence de la philosophie : la mise en pratique des connaissances qui se traduit par un changement dans la manière d'être et de vivre. Sénèque écrit : « La sagesse est l'*habitus* de l'esprit parfait<sup>25</sup>. » Ainsi, la direction spirituelle vise cette forme complexe du savoir vrai comme *habitus* vertueux qui conduit à l'action droite.

---

<sup>23</sup> HADOT (2014), p. 201.

<sup>24</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IX, 75, 7 (nous soulignons).

<sup>25</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, II, 16, 6.

## Direction spirituelle et citations

Comme dans les écrits d'Épictète et de Marc Aurèle, il nous semble que la mobilisation d'autres œuvres littéraires est un moyen pour Sénèque de réaliser son objectif philosophique, celui de la direction spirituelle, qui consiste à délivrer l'âme et/ou à la mettre dans une bonne ligne de conduite par l'acquisition, l'assimilation et l'application d'un savoir. Dans les *Lettres à Lucilius*, nous recensons au total cent quarante-six citations, réparties sur les *Lettres* 2 à 124 (il n'y a en effet pas de citation dans la *Lettre* 1). Les deux auteurs de loin les plus cités sont : Virgile (65)<sup>26</sup> et Épicure (35)<sup>27</sup>. Il y a également six citations de Salluste<sup>28</sup>, trois de Chrysippe<sup>29</sup>, d'Horace<sup>30</sup>, de Lucrèce<sup>31</sup> et d'Ovide<sup>32</sup>, deux d'Hécaton<sup>33</sup>, d'Héraclite<sup>34</sup>, de Platon<sup>35</sup>, de Publilius Syrus<sup>36</sup>, de Térence<sup>37</sup>, d'Euripide<sup>38</sup> et de Cicéron<sup>39</sup>. Enfin, Pomponius<sup>40</sup>, Démocrite<sup>41</sup>, Athénodore<sup>42</sup>, Ariston<sup>43</sup>, Arellius<sup>44</sup>, Geminus Varius<sup>45</sup>, Varron<sup>46</sup>, Caton<sup>47</sup>, et Cléanthe<sup>48</sup> sont chacun cités une seule fois. Nous comptons enfin cinq citations anonymes<sup>49</sup>. Plusieurs

---

<sup>26</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 12 ; II, 18, 12 ; II, 21, 5 ; III, 28, 1 ; III, 28, 3 ; IV, 31, 11 ; IV, 37, 3 ; IV, 41, 2 ; V, 48, 11 ; VI, 53, 3 ; VI, 56, 12 ; VI, 58, 2 ; VI, 58, 3 ; VI, 58, 4 ; VI, 59, 3 ; VI, 59, 17 ; VII, 64, 4 ; VII, 66, 2 ; VII? 67, 8 ; VIII, 70, 2 ; VIII, 71, 13 ; VIII, 73, 10, VIII, 73, 11 ; VIII, 73, 15 ; IX, 76, 33 ; IX, 77, 12 ; IX, 78, 15 ; X, 82, 7 ; X, 82, 16 ; X, 82, 18 ; XI-XIII, 84, 3 ; XI-XIII, 85, 4 ; XI-XIII, 86, 15 ; XI-XIII, 86, 16 ; XI-XIII, 87, 8 ; XI-XIII, 87, 20 ; XI-XIII, 88, 14 ; XI-XIII, 88, 16 ; XIV, 89, 17 ; XIV, 90, 9 ; XIV, 90, 11 ; XIV, 90, 37 ; XIV, 92, 9 ; XIV, 92, 30 ; XIV, 92, 34 ; XV, 94, 28 ; XV, 95, 33 ; XV, 95, 68 ; XVI, 98, 4 ; XVII-XVIII, 101, 4 ; XVII-XVIII, 101, 13 ; XVII-XVIII, 102, 30 ; XVII-XVIII, 104, 10 ; XVII-XVIII, 104, 24 ; XVII-XVIII, 104, 31 ; XVII-XVIII, 107, 3 ; XVII-XVIII, 108, 24 (2) ; XVII-XVIII, 108, 29 ; XVII-XVIII, 108, 34 ; XIX-XX, 113, 25 ; XIX-XX, 114, 23 ; XIX-XX, 115, 4-5 ; XIX-XX, 122, 2 ; XIX-XX, 124, 1.

<sup>27</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 2, 6 ; I, 4, 10 ; I, 7, 11 ; I, 8, 7 ; I, 9, 8 ; I, 9, 20 ; I, 11, 8-9 ; I, 12, 11 ; II, 13, 16 ; II, 14, 17 ; II, 15, 9 ; II, 16, 7 ; II, 17, 11 ; II, 18, 14 ; II, 19, 10 ; II, 20, 9 ; II, 21, 3 ; II, 21, 7 ; III, 22, 13 ; III, 22, 15 ; III, 23, 9 ; III, 24, 22 ; III, 24, 23 ; III, 25, 4-5 ; III, 25, 6 ; III, 26, 8 ; III, 27, 9 ; III, 28, 9 ; III, 29, 11 ; V, 52, 3 ; VII, 66, 18 ; VII, 66, 45 ; VII, 66, 47 ; XI-XIII, 85, 18 ; XIV, 92, 25.

<sup>28</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 60, 4 ; XV, 94, 46 ; XVII-XVIII, 109, 16 ; XIX-XX, 114, 17 ; XIX-XX, 114, 19 (2).

<sup>29</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 9, 14 ; I, 9, 16 ; VIII, 71, 13.

<sup>30</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XI-XIII, 86, 13 ; XIX-XX, 119, 13 ; XIX-XX, 120 ; 20.

<sup>31</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 95, 11 ; XVII-XVIII, 106, 8 ; XIX-XX, 110, 6.

<sup>32</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IV, 33, 4 ; XIV, 90, 20 ; XIX-XX, 115, 13.

<sup>33</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 5, 7 ; I, 6, 7.

<sup>34</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 12, 7 ; VI, 58, 23.

<sup>35</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, V, 44, 4 ; VII, 65, 10.

<sup>36</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 91, 43 ; XVII-XVIII, 108, 11.

<sup>37</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 91, 43 ; XV, 95, 53.

<sup>38</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, V, 48, 12 ; XIX-XX, 115, 14.

<sup>39</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XVII-XVIII, 108, 24 ; XIX-XX, 118, 1.

<sup>40</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 3, 6.

<sup>41</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 7, 10.

<sup>42</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 10, 5.

<sup>43</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IV, 36, 2.

<sup>44</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IV, 40, 9.

<sup>45</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IV, 40, 9.

<sup>46</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 56, 6.

<sup>47</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 94, 27.

<sup>48</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XVII-XVIII, 108, 10.

<sup>49</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 9, 21 ; IX, 77, 2 ; IX, 80, 7 ; XV, 91, 43 ; XIX-XX, 115, 14.

observations peuvent être faites de ce recensement au sujet de la façon dont Sénèque utilise la lecture et l'écriture en tant qu'exercice spirituel sur le plan de la composition littéraire.

Il est intéressant de constater que sur cent-quarante-quatre citations, cent proviennent uniquement de deux auteurs. Virgile et Épicure représentent à eux seuls exactement 70% des citations recensées. Nous remarquons également que Virgile est cité presque deux fois plus qu'Épicure. Par ailleurs, au fur et à mesure des *Lettres*, la fréquence des citations de l'un et de l'autre évolue. Si Épicure est très présent dans les premières *Lettres* alors que Virgile en est quasi absent, cette tendance s'inverse dans les dernières *Lettres*. Sur les vingt-neuf premières *Lettres*, Épicure est cité vingt-neuf fois, ce qui représente près de 83% du nombre total de ses citations. Sur les nonante-cinq *Lettres* restantes, nous rencontrons donc de manière complètement irrégulière seulement six citations de celui-ci : une à la *Lettre* 52, trois à la *Lettre* 66, et une à la *Lettre* 92. En revanche, sur les vingt-neuf premières *Lettres*, Virgile est cité cinq fois (une fois aux *Lettres* 12, 18, et 21, et deux fois à la *Lettre* 28), alors que les nonante-cinq *Lettres* restantes comptent soixante citations de celui-ci.

Cette constatation de la fréquence des citations d'Épicure et de Virgile et de leur répartition au fur et à mesure des *Lettres* nous permet de diviser les *Lettres* en deux parties qui correspondent, selon nous, à deux étapes de la direction spirituelle de Sénèque sur Lucilius. C'est à travers l'usage des citations, leur formulation et leur fonction, que nous allons mettre en avant leur particularité et leur fonction. Ainsi, nous étudierons d'abord les *Lettres* 2 à 29 à travers les citations d'Épicure et ensuite les *Lettres* 30 à 124 à travers les citations de Virgile.

### *Les dogmes d'Épicure*

Pour commencer, regardons la fin de la *Lettre* 2 que nous avons déjà analysée dans notre étude de la conception stoïcienne de la lecture et dans notre analyse de la métaphore alimentaire chez Sénèque. Regardons à présent la citation qu'elle contient. Il s'agit de la première citation des *Lettres à Lucilius*, qui plus est une citation d'Épicure :

Lis donc toujours des auteurs d'une autorité reconnue ; et, si l'envie te prend de pousser une pointe chez les autres, reviens vite aux premiers. Assure-toi quotidiennement une défense contre la pauvreté, contre le mort, sans oublier nos autres fléaux. De tout ce que tu auras parcouru extrais une pensée à bien digérer ce jour-là. C'est aussi ce que je fais. Entre plusieurs textes que je viens de lire, je jette sur l'un d'eux mon dévolu. *Voici mon butin d'aujourd'hui ; c'est chez Épicure que je l'ai trouvé, car j'aime aussi à passer dans le camp d'autrui. Comme transfuge ? Non pas ; comme éclaireur. « Belle chose, dit-il, que l'allégresse dans la pauvreté<sup>50</sup>. »*

---

<sup>50</sup> ÉPICURE, *fragm.* 475 Usener.

(*Hodiernum hoc est quod apud Epicurum nactus sum (soleo enim et in aliena castra transire, non tamquam transfuga, sed tamquam explorator) : « honesta, inquit, res est laeta paupertas. »*) Au fait, il n'y a plus pauvreté là où se trouve l'allégresse. Ce n'est pas la médiocrité des ressources, c'est la surenchère des désirs qui fait que l'on est pauvre. Qu'importe ce que tel homme compte d'or dans son coffre, de blé dans ses granges, de bétail dans ses pacages, quels intérêts produisent ses capitaux, s'il convoite le bien d'autrui, s'il suppose non ce qu'il a acquis, mais ce qu'il pourrait acquérir ? Quelles sont donc, me diras-tu, les justes bornes de la richesse ? Le nécessaire d'abord ; ensuite ce qui suffit.<sup>51</sup>

Cet extrait et la citation qu'il contient inaugurent, en quelque sorte, un procédé que l'on rencontre dans toutes les *Lettres* de cette première partie. Nous nous situons au tout début de la correspondance entre Sénèque et Lucilius où il semble être question d'établir une bonne habitude dans la façon de pratiquer la lecture. Celle-ci consiste d'une part, à se concentrer sur un petit nombre de textes de qualité et d'autre part, à en dégager chaque jour une pensée à méditer et à assimiler. Sénèque illustre ensuite sa thèse en citant Épicure et en se livrant à une petite analyse de cette pensée dont il finit par extraire une sorte de conseil moral.

Les *Lettres* 3 à 29, sans exception, se terminent par une citation que Sénèque a lue ce jour-là et qu'il présente à Lucilius selon le schéma institué dans la *Lettre* 2 : citation-analyse-enseignement<sup>52</sup>. Prenons l'exemple de la *Lettre* 16, dont voici la citation :

Ma lettre à peine ouverte, tu vas, si je te connais bien, la parcourir de l'œil, à la recherche du petit cadeau qu'elle doit t'apporter : fouille, et tu trouveras. (Iam ab initio, si te bene novi, circumspicies quid haec epistula munusculi adtulerit : excute illam, et invenies.) Ne t'émerveille pas de ma munificence : c'est encore du bien d'autrui que je suis libéral. Mais pourquoi dire : le bien d'autrui ? Toute pensée, d'où qu'elle vienne, est mon bien, voire même cette réflexion : « Si tu vis selon la nature, tu ne seras jamais pauvre ; si tu vis selon les données de l'opinion, tu ne seras jamais riche<sup>53</sup>. » (Si ad naturam vives, numquam eris pauper ; si ad opinionones, numquam eris dives.)<sup>54</sup>

Dans cet extrait, nous constatons que cette habitude de fournir à Lucilius une pensée à la fin de la lettre est bien installée. Sénèque anticipe d'ailleurs la demande de son correspondant qui s'attend visiblement à trouver dans chaque lettre qu'il reçoit « le petit cadeau qu'elle doit lui apporter ». Par ailleurs, ce cadeau est systématiquement une citation provenant d'un autre

---

<sup>51</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 2, 4-6 (nous soulignons).

<sup>52</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 3, 6 ; I, 4, 10-11 ; I, 5, 7-9 ; I, 6, 7 ; I, 7, 10-12 ; I, 8, 7-10 ; I, 9, 20-22 ; I, 10, 5 ; I, 11, 8-10 ; I, 12, 10-11 ; II, 13, 16-17 ; II, 14, 17-18 ; II, 15, 9-11 ; II, 16, 7-9 ; II, 17, 11-12 ; II, 18, 14-15 ; II, 19, 10-12 ; II, 20, 8-12 ; II, 21, 7-11 ; III, 22, 13-15 ; III, 23, 9-11 ; III, 24, 22-26 ; III, 25, 6-7 ; III, 26, 8-10 ; III, 27, 8-9 ; III, 28, 9-10 ; III, 29, 10-12.

<sup>53</sup> ÉPICURE, *fragm.* 201 Usener.

<sup>54</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, II, 16, 7 (nous soulignons).

philosophe. Sénèque dit en effet : « c'est *encore* du bien d'autrui que je suis libéral. » Une fois la citation formulée, elle est analysée<sup>55</sup> de telle manière à en tirer un conseil moral :

Retire donc ton cœur des vanités et, quand tu voudras savoir si ton désir est naturel ou procède de l'aveugle passion, regarde s'il y a quelque part son point d'arrêt. Si, après s'être avancé loin, il lui reste toujours une perspective plus lointaine, ce ne sera pas, sache-le, un désir de la Nature. (Retrahe ergo te a vanis, et cum voles scire quod petes, utrum naturalem habeat an caecam cupiditatem, considera num possit alicubi consistere : si longe progresso semper aliquid longius restat, scito id naturale non esse.)<sup>56</sup>

Comme le montre l'exemple de cette lettre, Sénèque présente la citation contenant une pensée à méditer et à assimiler comme un cadeau de sa part à Lucilius, comme le signe de sa bienveillance et de sa munificence envers lui. Cette métaphore est présente dans neuf *Lettres*<sup>57</sup> dont voici un autre exemple :

Conformément à mon habitude, j'accompagne la lettre d'un petit cadeau. (Sed ut more meo cum aliquo munusculo epistulam mittam). Voici une vérité que j'ai trouvée chez Athénodore<sup>58</sup> : « Tiens-toi pour libéré de toutes les passions, quand tu seras parvenu à ne rien demander à la divinité que tu ne puisses demander en présence de tous. » (Tunc scito esse te omnibus cupiditatibus solutum, cum eo perveneris ut nihil deum roges nisi quod rogare possis palam.)<sup>59</sup>

À côté de cela, Sénèque associe parfois aussi la citation finale à une rétribution. On voit l'esquisse de cet usage à la *Lettre 6* et à la *Lettre 7* où Sénèque désigne respectivement par « rente journalière<sup>60</sup> » et « tribut journalier<sup>61</sup> » la pensée qu'il a trouvée ce jour et offre à Lucilius. À la *Lettre 8*, l'usage est institué et la métaphore se précise :

Il faut finir et, comme j'en ai institué l'usage, payer quelque chose pour cette lettre. Je ne l'emprunterai pas à mon propre fonds : nous en sommes toujours à mettre au pillage Épicure. (Sed iam finis faciendus est et aliquid, ut institui, pro hac epistula dependendum. Id non de meo fiet : adhuc Epicurum compilamus.) Voici une sentence que j'ai trouvée chez lui aujourd'hui : « Fais-toi l'esclave de la philosophie, et tu posséderas la vraie liberté<sup>62</sup>. » (Philosophia servias oportet, ut tibi contingat vera libertas.)<sup>63</sup>

---

<sup>55</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 16, 8-9.

<sup>56</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 16, 9.

<sup>57</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 5, 7-9 ; I, 10, 5 ; I, 11, 8-10 ; I, 12, 10-11 ; II, 13, 16-17 ; II, 15, 9-11 ; II, 16, 7-9 ; III, 22, 13-15 ; III, 24, 22-26.

<sup>58</sup> Selon Veyne, ou bien Athénodore qui fut le philosophe familier du grand Caton, ou bien un autre Athénodore qui fut celui de l'empereur Auguste.

<sup>59</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 10, 5 (nous soulignons).

<sup>60</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 6, 7.

<sup>61</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 7, 10.

<sup>62</sup> ÉPICURE, *fragm.* 199 Usener.

<sup>63</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 8, 7.



Ainsi, la citation de clôture s'apparente au paiement d'un tribut journalier, au règlement d'une dette quotidienne que Sénèque ne paie pas lui-même, mais en empruntant à quelqu'un d'autre, à l'auteur de la citation. Nous retrouvons cette métaphore dans quatorze *Lettres*<sup>64</sup>.

Ce schéma de clôture consiste donc à présenter à Lucilius une citation contenant une pensée, à la méditer et à l'assimiler en en tirant un enseignement. Cette façon de faire, que Sénèque considère tantôt comme un cadeau ou tantôt comme le paiement d'une dette, est commune à toutes les *Lettres* de la première partie que nous avons définie. Il s'agit d'une habitude, d'un rituel que Sénèque met en place suite aux consignes de lecture qu'il a formulées au début de sa correspondance, dans la *Lettre 2*. Ce procédé constitue un exercice spirituel complet de lecture et d'écriture pour lui-même. En effet, le fait d'écrire dans la lettre qu'il destine à Lucilius un dogme, un principe qu'il a lu lui permet de le méditer et de l'assimiler. En d'autres termes, à travers l'écriture de ce principe, de ce dogme qu'il offre et enseigne à Lucilius, il le fixe et l'implante dans son âme.

Pour Lucilius, il s'agit d'un modèle à reprendre, d'un exemple à suivre dans la façon de pratiquer la lecture et l'écriture. Le fait d'y être confronté à la fin de chacune des lettres qu'il reçoit au début de sa formation permet d'ancrer en lui cette pratique qui doit devenir une habitude quotidienne. Il s'agit aussi de la première étape d'un exercice spirituel, celle de la lecture. Cependant, cette étape est en quelque sorte prémâchée puisque Lucilius ne doit pas procéder au travail de sélection que Sénèque a déjà produit pour lui.

Sur les vingt-huit *Lettres* qui comportent ce schéma de clôture, vingt-trois se terminent par une citation d'Épicure<sup>65</sup>. Il ne faut pas s'étonner de la fréquence des citations du fondateur du Jardin dans cette première partie des *Lettres à Lucilius*. Ce choix de Sénèque atteste d'une certaine finesse de sa part dans le processus d'enseignement philosophique qu'il destine à Lucilius<sup>66</sup>.

Ce dernier étant un adepte de la secte épicurienne, il s'agit d'abord pour Sénèque d'attirer la bienveillance et l'attention de son correspondant en faisant référence à quelque chose non seulement qu'il connaît mais aussi qu'il apprécie. Nous remarquons d'ailleurs que sur les vingt-neuf citations d'Épicure rencontrées dans les vingt-neuf premières *Lettres*, Sénèque

---

<sup>64</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 6, 7 ; I, 7, 10-12 ; I, 8, 7-10 ; II, 14, 17-18 ; II, 17, 11-12 ; II, 18, 14-15 ; II, 19, 10-12 ; II, 20, 8-12 ; II, 21, 7-11 ; III, 23, 9-11 ; III, 26, 8-10 ; III, 27, 8-9 ; III, 28, 9-10 ; III, 29, 10-12.

<sup>65</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 4, 10-11 ; I, 7, 10-12 ; I, 8, 7-10 ; I, 9, 20-22 ; I, 11, 8-10 ; I, 12, 10-11 ; II, 13, 16-17 ; II, 14, 17-18 ; II, 15, 9-11 ; II, 16, 7-9 ; II, 17, 11-12 ; II, 18, 14-15 ; II, 19, 10-12 ; II, 20, 8-12 ; II, 21, 7-11 ; III, 22, 13-15 ; III, 23, 9-11 ; III, 24, 22-26 ; III, 25, 6-7 ; III, 26, 8-10 ; III, 27, 8-9 ; III, 28, 9-10 ; III, 29, 10-12. La *Lettre 3* se termine sur une citation de Pomponius (cf. I, 3, 6) et la *Lettre 10* sur une citation d'Athénodore (cf. I, 10, 5).

<sup>66</sup> Pour le développement qui suit : Cf. HADOT, *Seneca und die Tradition der Seelenleitung*, Berlin, De Gruyter, 1969, p. 21, 44, 54-55.

précise vingt-huit fois qu'il s'agit d'une citation d'Épicure<sup>67</sup>. Il le mentionne parfois avec beaucoup d'emphase<sup>68</sup>. Il semble donc important pour Sénèque, conscient de l'autorité et de l'influence que possèdent Épicure sur Lucilius, que ce dernier remarque la provenance de la citation.

Il s'agit ensuite pour Sénèque au début d'un enseignement de secte, d'éviter d'avoir l'air sectaire et de privilégier ainsi dans un premier temps la pédagogie aux dogmes. Il n'hésite d'ailleurs pas, dans cette optique, à justifier son choix de citer Épicure par son ouverture d'esprit et son éclectisme philosophique :

« Le mot, dis-tu, est d'Épicure ! Qu'as-tu à faire de ce qui n'est pas de chez nous ? » Tout ce qui est vérité est ma vérité. Je ne cesserai pas de t'administrer de l'Épicure, afin que les gens qui jurent sur parole du maître et considèrent non ce qui est dit, mais qui l'a dit, sachent que les excellentes choses sont la chose de tous. (Quod verum est meum est ; Perseverabo Epicurum tibi ingerere, ut isti qui in verba iurant nec quid dicatur aestimant, sed a quo, sciant quae optima sunt esse communia.)<sup>69</sup>

Par ailleurs, les premières lettres dans lesquelles Épicure est principalement cité, enseignent des principes si généraux qu'ils peuvent être communs au stoïcisme et à l'épicurisme, mais aussi aux autres écoles philosophiques de cette époque. Sénèque le dit au terme de la vingt-neuvième lettre lorsqu'il reprend une citation d'Épicure pour discuter de la faveur populaire :

« Jamais je ne me suis piqué de plaire au peuple. Les choses que je connais ne sont pas approuvées du peuple ; celles qu'il approuve, je ne les connais pas<sup>70</sup>. » (« Numquam volui populo placere ; nam quae ego quidem me sordide geram in finem aeris alieni et tibi quod debeo impingam. ») « De qui cela ? » demandes-tu, comme si tu ne savais pas sur qui je fais traite. Le mot est d'Épicure, mais tous les philosophes de toute provenance t'en rebattront les oreilles, péripatéticiens, académiciens, stoïciens, cyniques. (Epicurus ; sed idem hoc omnes tibi ex omni domo conclamabunt, Peripatetici, Academici, Stoici, Cynici.)<sup>71</sup>

---

<sup>67</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 2, 6 ; I, 4, 10 ; I, 7, 11 ; I, 8, 7 ; I, 9, 8 ; I, 9, 20 ; I, 11, 8-9 ; I, 12, 11 ; II, 14, 17 ; II, 15, 9 ; II, 16, 7 ; II, 17, 11 ; II, 18, 13 ; II, 19, 10 ; II, 20, 9 ; II, 21, 3 ; II, 21, 7 ; III, 22, 13 ; III, 22, 15 ; III, 23, 9 ; III, 24, 22 ; III, 24, 23 ; III, 25, 4-5 ; III, 25, 6 ; III, 26, 8 ; III, 27, 8 ; III, 28, 9 ; III, 29, 10.

<sup>68</sup> Voici quelques exemples : SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 7, 11 : « La dernière sentence, bien remarquable, est d'Épicure. » ; I, 11, 8-10 : « Le précepte, mon cher Lucilius, vient d'Épicure. » ; III, 25, 4 : « ... comme dit Épicure, dont j'insérerai dans ma lettre une maxime ... » ; III, 27, 8 : « Épicure le dit souvent sous une forme ou sous une autre ; mais on ne peut trop redire ce dont on ne peut assez s'instruire. » ; III, 29, 9 : « Ceci, qui est d'Épicure, me paraît excellemment dit. » Les citations d'Épicure introduites par la métaphore du paiement dont nous avons parlé ci-dessus vont également dans ce sens.

<sup>69</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 12, 11. Voir aussi II, 16, 7 ; « Ne t'émerveille pas de ma munificence : c'est encore du bien d'autrui que je suis libéral. Mais pourquoi dire : le bien d'autrui ? Toute belle pensée, d'où qu'elle vienne, est mon bien, voire même cette réflexion d'Épicure [...] »

<sup>70</sup> ÉPICURE, *fragm.* 187 Usener.

<sup>71</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, III, 29, 10. Voir aussi II, 15, 18 : « Au demeurant qu'importe qui l'a dit ? C'est pour tout le monde qu'on l'a dit. »

Au terme de cette analyse des vingt-neuf premières *Lettres à Lucilius* à travers les citations d'Épicure, nous constatons que Sénèque est dans la première phase de sa direction spirituelle. À travers le rituel des citations de clôture, il entend inculquer à son correspondant une bonne habitude, celle de se livrer quotidiennement à des lectures pour en extraire une seule pensée à méditer et à assimiler ce jour-là. Par ailleurs, en citant à de nombreuses reprises Épicure, Sénèque attire la bienveillance et l'attention de Lucilius, initialement enclin à l'épicurisme. Il ne s'agit cependant pas de privilégier complètement la pédagogie aux dogmes. En effet, Sénèque veille à énoncer des principes toujours très généraux, valables aussi bien pour l'épicurisme que pour le stoïcisme.

Ces observations au sujet des citations d'Épicure valent également, dans une large mesure, pour les autres auteurs cités dans les vingt-neuf premières lettres. Prenons l'exemple de Chrysippe. Sénèque le cite à deux reprises au cours la *Lettre 9* :

Je veux faire intervenir Chrysippe et te citer une de ses analyses. « Le sage, dit-il, ne manque de rien, et cependant, il a besoin de bien des choses. L'insensé, au contraire, n'éprouve le besoin de rien, vu qu'il n'est rien dont il sache faire emploi ; en réalité, il manque de tout<sup>72</sup>. » (*Volo tibi Chrysippi quoque distinctionem indicare. Ait sapientem nulla re egere, et tamen multis illi rebus opus esse : « Contra stulto nulla re opus est (nulla enim re uti scit) sed omnibus eget »*) Le sage a besoin de mains et d'yeux, de beaucoup de choses indispensables pour l'usage journalier ; il ne manque de rien. Manquer comporte nécessité. La nécessité n'existe pas pour le sage. [...] « Pourtant quelle sera l'existence du sage, si nous le supposons livré à lui-même, sans amis, en prison, abandonné au milieu d'un pays étranger, courant les mers ou jeté sur une plage déserte ?<sup>73</sup> » (« *Qualis tamen futura est vita sapientis, si sine amicis relinquatur in custodiam coniectus vel in aliqua gente alina destitutus vel in navigatione longa retentus aut in desertum litus eiectus ?* ») Celle de Jupiter qui, à la dissolution du monde, lorsque les dieux se sont confondus dans l'unité de l'être, que l'activité de la nature cesse pour un instant, se repose en lui-même et s'abandonne aux pensées. C'est à peu près ce que fait le sage : il se retire en lui-même ; il vit en présence de lui-même.<sup>74</sup>

Il ne s'agit pas ici de citations de clôture. La *Lettre 9* se termine en effet par deux citations, l'une d'Épicure et l'autre d'un poète latin anonyme. Nous sommes dans le corps de la lettre. Sénèque introduit ces citations au moyen d'une phrase qui en mentionne l'auteur. Il s'agit de Chrysippe, troisième fondateur du stoïcisme et modèle de sagesse. Le fait que Sénèque prenne la peine de le mentionner montre l'importance de cette précision.

Dans cette première phase de la direction spirituelle, Sénèque a pour objectif non seulement d'attirer la bienveillance et l'attention de Lucilius – ce qu'il fait au moyen des

---

<sup>72</sup> *Stoicorum fragm.*, III, 674.

<sup>73</sup> *Stoicorum fragm.*, II, 1065.

<sup>74</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 9, 14-16 (nous soulignons).

citations d'Épicure – mais aussi de préparer ce dernier à la formation philosophique stoïcienne à proprement parler qui a lieu dans la seconde phase. Citer Chrysippe, qui plus en est en le mentionnant, constitue déjà un premier pas vers le stoïcisme. Un premier pas, nous disons, parce que le contenu de ces citations n'évoque pas des dogmes purement stoïciens. Il s'agit d'une considération générale sur la figure du sage qui se suffit à lui-même pour être heureux<sup>75</sup>. D'ailleurs, dans le paragraphe qui précède cet extrait, Sénèque énonce ce qu'il appelle une maxime, « le sage se suffit », dont il n'attribue la provenance ni à auteur précis ni à une école philosophique particulière. Cela atteste du degré de généralité dans lequel se situe Sénèque à cette étape de la direction spirituelle.

Au cours des *Lettres* 2 à 29, Sénèque cite également Pomponius, Démocrite, Athénodore et Héraclite et ce toujours dans le même esprit de généralité<sup>76</sup>. Celle-ci relève d'une stratégie autant persuasive, destinée à montrer son ouverture d'esprit et son éclectisme philosophiques, que pédagogique, visant à éveiller son correspondant à des principes universels. Il s'agit donc pour Sénèque à la fois d'amadouer, de convaincre et de préparer Lucilius à ce qui l'attend dans la seconde phase de la direction spirituelle que nous allons examiner sans plus attendre à travers l'utilisation de citations de Virgile.

### *Les préceptes de Virgile*

Sur les *Lettres* 30 à 124, nous rencontrons soixante citations de Virgile<sup>77</sup> dont la formulation et l'usage sont assez différents de ceux des citations d'Épicure. Nous nous situons en effet dans ce que l'on peut appeler la seconde partie de la direction spirituelle, celle qui consiste en l'énonciation de préceptes, de règles pour les cas particuliers.

Nous observons deux différences dans la formulation. D'une part, les citations de Virgile se trouvent presque systématiquement dans le corps des lettres et non à la fin, tel que nous l'avons observé chez Épicure. Dans cette seconde partie des *Lettres*, Sénèque ne propose

---

<sup>75</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, I, 9, 13.

<sup>76</sup> Notons que la citation de Pomponius et celle d'Athénodore sont des citations de clôture. Elles servent donc également à inculquer cette bonne habitude de lecture dont nous avons parlé avec Épicure.

<sup>77</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IV, 31, 11 ; IV, 37, 3 ; IV, 41, 2 ; V, 48, 11 ; V, 49, 7 ; VI, 53, 3 ; VI, 56, 12 ; VI, 58, 2 ; VI, 58, 3 ; VI, 58, 4 ; VI, 59, 3 ; VI, 59, 17 ; VII, 64, 4 ; VII, 66, 2 ; VII? 67, 8 ; VIII, 70, 2 ; VIII, 71, 13 ; VIII, 73, 10, VIII, 73, 11 ; VIII, 73, 15 ; IX, 76, 33 ; IX, 77, 12 ; IX, 78, 15 ; X, 82, 7 ; X, 82, 16 ; X, 82, 18 ; XI-XIII, 84, 3 ; XI-XIII, 85, 4 ; XI-XIII, 86, 15 ; XI-XIII, 86, 16 ; XI-XIII, 87, 8 ; XI-XIII, 87, 20 ; XI-XIII, 88, 14 ; XI-XIII, 88, 16 ; XIV, 89, 17 ; XIV, 90, 9 ; XIV, 90, 11 ; XIV, 90, 37 ; XIV, 92, 9 ; XIV, 92, 30 ; XIV, 92, 34 ; XV, 94, 28 ; XV, 95, 33 ; XV, 95, 68 ; XVI, 98, 4 ; XVII-XVIII, 101, 4 ; XVII-XVIII, 101, 13 ; XVII-XVIII, 102, 30 ; XVII-XVIII, 104, 10 ; XVII-XVIII, 104, 24 ; XVII-XVIII, 104, 31 ; XVII-XVIII, 107, 3 ; XVII-XVIII, 108, 24 (deux citations) ; XVII-XVIII, 108, 29 ; XVII-XVIII, 108, 34 ; XIX-XX, 113, 25 ; XIX-XX, 114, 23 ; XIX-XX, 115, 4-5 ; XIX-XX, 122, 2 ; XIX-XX, 124, 1.

plus à Lucilius une citation de clôture à méditer et à assimiler. Cette habitude s'arrête à la *Lettre* 29. Et si les *Lettres* 31, 48, et 76 se terminent par une citation de Virgile, il ne s'agit plus de l'habitude mise en place par Sénèque de fournir à Lucilius une pensée finale sur laquelle méditer.

D'autre part, la plupart du temps, Sénèque ne mentionne pas Virgile comme auteur de la citation qu'il donne. Sur soixante citations, Virgile est mentionné dix-neuf fois<sup>78</sup>. Nous voyons deux raisons à cela. D'abord, Sénèque compte sans doute sur le fait que Lucilius a lu Virgile, le poète par excellence de Rome et de la romanité, le chantre, à l'instar d'Homère pour les Grecs, des valeurs et du destin des Romains. Ensuite, à ce stade de la direction spirituelle, Sénèque n'a plus besoin d'amadouer Lucilius, d'attirer sa bienveillance et son attention en insistant à dessein sur le fait qu'il cite un auteur qu'il connaît et apprécie. Ce qui importe à présent, c'est exclusivement le contenu de la citation, plus précisément le précepte, l'exemple qu'elle fournit. Nous allons revenir sur cet aspect.

Quant à l'usage, la première différence réside dans le fait qu'Épicure est un philosophe épicurien, tandis que Virgile est un poète. Les raisons pour lesquelles Sénèque utilise Épicure ne peuvent évidemment pas valoir pour Virgile. Nous nous situons à cette étape de la direction spirituelle où les bases de la philosophie ont été établies sur le plan théorique. En d'autres termes, Lucilius sait *comment* et dans quel état d'esprit il doit agir. En revanche, il ne sait pas encore véritablement *ce qu'il* doit faire. Ainsi donc, il a besoin de préceptes, de prescriptions particulières que Sénèque puise dans les poèmes de Virgile<sup>79</sup>.

Sénèque cite principalement l'*Énéide*<sup>80</sup> (quarante fois), l'épopée nationale et fondatrice des origines du peuple romain, et les *Géorgiques*<sup>81</sup> (dix-sept fois), le poème didactique qui prône une morale de l'effort à travers le retour à la terre. Les *Bucoliques*<sup>82</sup>, poésie pastorale qui

---

<sup>78</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 53, 3 ; VI, 56, 12 ; VI, 58, 2 ; VI, 58, 3 ; VI, 58, 4 ; VI, 59, 3 ; VI, 59, 17 ; VIII, 70, 2 ; XI-XIII, 84, 3 ; XI-XIII, 86, 15 ; XI-XIII, 86, 16 ; XIV, 92, 9 ; XV, 95, 68 ; XVII-XVIII, 108, 24 ; XVII-XVIII, 108, 29 ; XVII-XVIII, 108, 34 ; XIX-XX, 115, 4-5 ; XIX-XX, 122, 2 ; XIX-XX, 124, 1.

<sup>79</sup> Cette fonction édifiante et parénétiq ue des poèmes virgiliens chez Sénèque est développée en long et en large par G. Mazzoli dans son ouvrage intitulé *Seneca e la poesia*. Cf. MAZZOLI G., *Seneca e la poesia*, Milano, 1970, p. 70-79.

<sup>80</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, IV, 31, 11 ; IV, 37, 3 ; IV, 41, 2 ; V, 48, 11 ; V, 49, 7 ; VI, 53, 3 ; VI, 56, 12 ; VI, 58, 3 ; V, 58, 4 ; VI, 59, 3 ; VI, 59, 17 ; VII, 64, 4 ; VII, 66, 2 ; VII, 67, 8 ; VIII, 70, 2 ; VIII, 73, 15 ; IX, 76, 33 ; IX, 77, 12 ; IX, 78, 15 ; X, 82, 7 ; X, 82, 16 ; X, 82, 18 ; XI-XIII, 84, 3 ; XI-XIII, 87, 8 ; XIV, 89, 17 ; XIV, 92, 9 ; XIV, 92, 30 ; XIV, 92, 34 ; XV, 94, 28 ; XV, 95, 33 ; XVI, 98, 4 ; XVII-XVIII, 101, 13 ; XVII-XVIII, 102, 30 ; XVII-XVIII, 104, 10 ; XVII-XVIII, 104, 24 ; XVII-XVIII, 104, 31 ; XVII-XVIII, 107, 3 ; XVII-XVIII, 108, 29 ; XIX-XX, 113, 25 ; XIX-XX, 115, 4-5.

<sup>81</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 58, 2 ; XI-XIII, 84, 3 ; XI-XIII, 86, 15 ; XI-XIII, 86, 16 ; XI-XIII, 87, 20 ; XI-XIII, 88, 14 ; XI-XIII, 88, 16 ; XIV, 90, 9 ; XIV, 90, 11 ; XIV, 90, 37 ; XV, 95, 68 ; XVII-XVIII, 108, 24 (deux citations) ; XVII-XVIII, 108, 34 ; XIX-XX, 114, 23 ; XIX-XX, 122, 2 ; XIX-XX, 124, 1.

<sup>82</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VIII, 73, 10 ; VIII, 73, 11 ; XVII-XVIII, 101, 4.

traite de la création poétique, apparaissent seulement à trois reprises. Il n'est pas possible dans le cadre de ce travail de nous livrer à une analyse de chacune des citations de Virgile mobilisée par Sénèque. Nous nous limiterons à deux exemples probants dont l'analyse détaillée permettra de mettre en évidence la façon dont Sénèque mobilise Virgile<sup>83</sup>. Voici le premier, où figure une citation tirée de l'*Énéide* :

C'est un esprit léger et qui ne s'est pas encore ramené au-dedans, que celui que dressent aux aguets un son de voix, des faits accidentels. Il a un fonds d'inquiétude, il a quelque chose de cette peur préconçue qui rend l'homme prompt aux alarmes et tel que le montre notre Virgile : « *Et moi que n'intimidaient naguère ni les traits pleuvant sur ma tête ni la masse des bataillons grecs qui me faisaient face, maintenant tous les souffles m'épouvantent, tout bruit me tient en suspens et je tremble également pour celui qui m'accompagne et pour mon fardeau*<sup>84</sup>. » (*Et me, quem dudum non ulla iniecta movebant tela neque adverso glomerati ex agmine Grai, nunc omnes terrent auras, sonus excitat omnis suspensum et partier comitique onerique timentem*)<sup>85</sup>

Dans la lettre qui contient cet extrait, il est question de la tranquillité de l'âme dont doit faire preuve le philosophe en toute circonstance. Au début de la lettre, Sénèque parle à Lucilius de son logement situé à côté d'un établissement de bains et de tous les bruits que cela engendre<sup>86</sup>. Il lui explique ensuite que la véritable quiétude est intérieure, celle de l'âme « qui reste attentive à elle seule, sans diversion vers l'extérieur<sup>87</sup> ». Il va même plus loin en disant que le calme extérieur n'est rien si l'âme n'est pas paisible<sup>88</sup>. Sénèque distingue alors deux types de personnes : celui qui, ayant « sonné la retraite<sup>89</sup> » et « atteint au mépris des apparences », n'est jamais « diverti de son objet », de ses « bonnes pensées désormais fermes

---

<sup>83</sup> La question de la présence de Virgile dans les œuvres philosophiques de Sénèque a fait l'objet de plusieurs travaux, ceux de H. Wirth (WIRTH H., *De Virgili apud Senecam philosophum usu*, Freiburg im Brisgau, 1900), de L. Dopionni (DOPPIONI L., *Virgilio nell'arte e nel pensiero di Seneca*, Firenze, Libr. ed. Fiorentina, 1939) et de G. Lurquin (LURQUIN G., « La citation poétique dans les ouvrages en prose de Sénèque le philosophe », *Revue belge de Philologie et d'Histoire* 25 (1946-1947), p. 946). Ceux-ci affirment la résonance éthique, conforme aux préceptes du stoïcisme, des poèmes virgiliens dans les œuvres en prose de Sénèque. Récemment, G. Mazzoli a proposé une synthèse de ces travaux dans la troisième partie de son ouvrage intitulé *Seneca e la poesia* (Cf. MAZZOLI G., *Seneca e la poesia*, Milano, Ceschina, 1970, p. 215-232). Il reprend leur thèse générale en la traduisant en tableau statistique qui tient compte de la diachronie des œuvres. Il parvient à la conclusion que le point culminant du « virgilianisme » de Sénèque réside dans ses *Lettres* et dans ses *Questions Naturelles*. À la suite de Mazzoli, Jean-Marie André pousse plus loin l'interprétation des statistiques en tenant compte de critères culturels et idéologiques. Il répond à la question de la fréquence moindre des *Bucoliques* et des *Géorgiques* par rapport à l'*Énéide* en se penchant sur les zones d'ombre et de lumière (Cf. ANDRE J.-M., « La présence de Virgile chez Sénèque. Zones d'ombre et de lumière », *Helmantica* 38 (1982), p. 219-233.)

<sup>84</sup> VIRGILE, *Énéide*, II, 726.

<sup>85</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 56, 12.

<sup>86</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 56, 1-4.

<sup>87</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 56, 5.

<sup>88</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 56, 6-8.

<sup>89</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 56, 11.

et bien arrêtées », et celui qui, ayant « un esprit léger et qui ne s'est jamais ramené au dedans<sup>90</sup> », « se dresse aux aguets » pour « un son de voix, des faits accidentels. »

Sénèque cite ensuite ce vers de Virgile. Le personnage qui parle est Énée alors qu'il entame sa fuite de Troie avec son père Anchise, son fils Iule et sa femme Créuse. Dans ce contexte de fuite, Énée est à l'affût du moindre bruit. Il craint pour son fils, « celui qui l'accompagne », et pour son père qu'il porte, « son fardeau ». Voici l'analyse que propose Sénèque de cette citation :

Je vois d'abord ici le sage que le sifflement des traits, le froissement des armes au fort de la mêlée, le fracas d'une ville qui tombe sous la sape laissent impassible. L'autre est celui que la philosophie n'a point formé. Tremblant pour ce qu'il possède, un craquement l'épouvante ; le moindre bruit de voix devient un murmure menaçant qui le décontenance ; l'agitation la plus légère le fait défaillir. Le paquetage dont il est chargé entretient ses alarmes. (Prior ille sapiens est, quem non tela vibrantia, non arietata inter <se> arma agminis densi, non urbis impulsae fragor territat. Hic alter imperitus est, rebus suis timet ad omnem crepitum expavescens, quem una quaelibet vox pro fremitu accepta deiecit, quem motus levissimi exanimant ; timidum illum sarcinae faciunt.) Prends qui tu voudras de ces prétendus heureux, qui trainent ou portent tant de richesses, et tu les verras « qui tremble pour leur compagnie et pour leur fardeau (comitique onerique timentem) ». Ainsi donc, tu sauras que l'ordre règne en toi, le jour où ne t'atteindra nulle clameur, le jour où ne viendra t'arracher à toi-même aucune voix, qu'elle caresse, qu'elle menace, qu'elle assiège l'oreille du bruit creux de ses mensonges.<sup>91</sup>

Nous constatons que la citation de Virgile est doublement intéressante pour Sénèque. Elle lui permet en effet d'exemplifier les deux catégories de personnes qu'il a décrites juste avant. D'une part, elle montre l'impassibilité d'Énée face à la guerre et à la destruction de sa ville. Il associe cette attitude à celle du sage. D'autre part, elle dénonce son inquiétude de perdre dans la fuite ce qu'il possède, son fils et son père, qui le rend attentif au moindre bruit ou geste autour de lui. Il dit que cet état est celui de quelqu'un que « la philosophie n'a pas formé. » Ainsi, Lucilius comprend que, grâce à la philosophie, il doit atteindre la tranquillité de l'âme, il doit devenir Énée face à la guerre et non Énée dans la fuite.

Le second exemple que nous avons choisi contient une citation des *Géorgiques* :

Tu veux savoir ce qui constitue le sage ? Ce qui constitue le dieu. Tu dois reconnaître au sage quelque chose de divin, de céleste, de splendide. Le vrai bien ne s'approprie pas à tous et n'admet pas pour possesseur un homme du commun. Considère « *ce que produit chaque contrée et ce qu'elle refuse. Ici le blé réussit mieux ; là, c'est la vigne ; ailleurs, les fruits des vergers ou le vert gazon des prairies. Ne vois-tu pas comme le Tmolus nous envoie les parfums du safran, l'Inde l'ivoire, la molle Saba son encens tandis que les Chamybes au torse nu nous*

---

<sup>90</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 56, 12.

<sup>91</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, VI, 56, 14-15.

donnent le fer ?<sup>92</sup> » (*Et quid quaeque ferat regio et quid quaeque recuset : hic segetes, illic veniunt felicius uvae, arborei fetus alibi atque iniussa virescunt gramina. Nonne vides, croceos ut Tmolus odores, India mitti ebur, molles sua tura Sabei, at Chalybes nudi ferrum ?*) Ces productions ont été réparties par climats, afin d'obliger les mortels à un commerce fondé sur leurs mutuels besoins. Le souverain bien lui-même a un terroir originel : il ne croît pas au pays de l'ivoire, au pays du fer. Et où donc, dis-tu, le souverain bien a-t-il son lieu ? Dans notre âme. Si elle n'est pure, si elle n'est irréprochable, le dieu n'y entre pas.<sup>93</sup>

Dans les quelques lignes qui précèdent cet extrait, Sénèque traite de la vertu qui, selon lui, « tire toute sa valeur d'elle-même<sup>94</sup> ». Il explique que « chacun vaut en proportion du bien dont il est possesseur. » Ainsi, la grandeur du sage vient de « la grandeur d'âme qui est en lui » et qui provient de son aspect « divin, céleste, splendide. » En reprenant cette citation de Virgile qui spécifie ce que chaque contrée produit, Sénèque insiste sur l'idée selon laquelle le souverain bien, la vertu provient de l'âme. Mais pas n'importe quelle âme : l'âme pure et irréprochable. De même que certains aspects relevant du climat et de la terre influencent la production de chaque contrée, de même certaines caractéristiques de l'âme engendrent le souverain bien, la vertu de chaque homme. Cette citation permet à Sénèque d'expliquer à Lucilius qu'une âme pure et irréprochable favorise le développement du souverain bien, de la vertu qui donne la plus grande valeur à l'homme qui la possède.

L'analyse de ces deux extraits montre bien l'optique dans laquelle Sénèque utilise les citations de Virgile. Il s'agit de fournir à Lucilius des images derrière lesquelles il peut retrouver ce qu'il doit faire. Ainsi, l'image d'Énée rappelle l'impassibilité et la tranquillité de l'âme dont doit faire preuve le sage en toute circonstance, et l'image des productions propres à chaque contrée fait allusion à la vertu que produit une âme pure et irréprochable. Les citations de Virgile dans cette seconde partie des *Lettres* sont la mise en œuvre de la partie parénétiq ue de la philosophie en tant qu'art de vivre. Elles fournissent des prescriptions, des préceptes, des conseils pour agir en adéquation avec les doctrines et les dogmes qui ont été enseignés dans la première partie, la partie dogmatique.

Ces considérations sur l'usage des citations de Virgile s'appliquent à d'autres auteurs cités dans cette seconde partie des *Lettres*. Les citations d'Ovide, d'Horace<sup>95</sup>, de Publilius Syrus, de Térence, de Lucrèce ou encore de Salluste sont autant de préceptes à appliquer. Prenons le cas de Térence :

---

<sup>92</sup> VIRGILE, *Géorgiques*, I, 53.

<sup>93</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, 87, 19-21.

<sup>94</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, 87, 18.

<sup>95</sup> Sur la lecture d'Horace par Sénèque dans les *Lettres à Lucilius*, nous renvoyons à l'article de BERTHET J.-F., « Sénèque lecteur d'Horace d'après les *Lettres à Lucilius* », *Latomus* 38 (1979), p. 940-954.



Fidèles à son commandement, soyons toujours prêts à tendre une main secourable : que soit dans nos cœurs et sur nos lèvres ce qu'écrit le poète : « *Étant homme, j'estime que rien de ce qui touche à l'homme ne m'est étranger*<sup>96</sup>. » (*Homo sum, humani nihil a me alienum puto.*) Montrons-nous solidaires les uns des autres, étant faits pour la communauté. La société humaine est pareille à une voûte dont la chute serait inévitable sans un mutuel appui des matériaux, moyennant quoi l'édifice tient.<sup>97</sup>

Dans cet extrait, Sénèque ne mentionne pas l'auteur de la citation qu'il donne. Il se contente de parler de dire « le poète ». Cela s'explique d'abord par la notoriété de cette maxime non seulement en tant que principe général, mais aussi en tant que réplique de Chrémès en réponse à Ménédème dans la pièce de Térence. Sénèque ne semble pas juger nécessaire de préciser la provenance de cette citation. Ensuite, nous nous situons dans la seconde phase de la direction spirituelle, phase dans laquelle Sénèque se concentre exclusivement sur le contenu des citations, sur les préceptes et sur les exemples qu'elles fournissent. En l'occurrence, il s'agit de l'entre-aide, de la solidarité mutuelle dont doit faire preuve chaque homme au nom du fait qu'il est un homme. Inutile à nouveau de préciser l'origine (et le sens originel) du propos : seule compte son interprétation.

À travers l'analyse des citations contenues dans les *Lettres à Lucilius*, nous constatons que ce qui est mis en place par Sénèque sur le plan pédagogique se retrouve dans la composition littéraire même des *Lettres*. Tout d'abord, la division de la direction spirituelle en une partie dogmatique et une partie parénétiq ue apparaît dans les *Lettres* au niveau de la formulation et de l'usage des citations qu'elles mobilisent<sup>98</sup>. Dans un premier temps, Sénèque attire la bienveillance et l'attention de Lucilius tout en le familiarisant avec la philosophie stoïcienne à travers l'énonciation de principes généraux à l'œuvre dans des citations provenant de philosophes variés, tels qu'Épicure, Chrysippe, Héraclite et Démocrite. Dans un second temps, Sénèque procède à la formation de Lucilius en lui fournissant des préceptes et des exemples de la façon dont il faut mettre en pratique les dogmes et les doctrines qu'il a appris. Ces préceptes et ces exemples proviennent surtout de citations d'auteurs latins connus, tels que Virgile, Horace, Ovide Lucrèce et Térence.

---

<sup>96</sup> TÉRENCE, *Héautontimorouménos*, 77.

<sup>97</sup> SÉNÈQUE, *Lettres*, XV, 95, 53.

<sup>98</sup> Notons que cette division des *Lettres* en deux parties a été repérée par plusieurs chercheurs, notamment par Paul Veyne. Avant la *Lettre* 30, qui ouvre le livre IV, il parle d'une prise de contact entre Sénèque et Lucilius et d'une préparation à la formation philosophique. Après la *Lettre* 30, il estime que débute la formation philosophique à proprement parler. Cf. Sénèque, *Entretiens. Lettres à Lucilius*, édition établie par Paul Veyne, Paris, Robert Laffont (Bouquins), 1981, p. 587-601. Les arguments invoqués se fondent sur le contenu des *Lettres*. Notre enquête permet de confirmer cette analyse sur des bases purement formelles.

Ensuite, l'usage de la lecture qu'il prescrit au début de sa correspondance, à la *Lettre 2*, est appliqué dans chacune des lettres de la première partie. Sénèque prend en effet l'habitude de fournir à Lucilius une citation, sous la forme d'un cadeau ou d'une rétribution, à méditer et à assimiler. De cette manière, il lui inculque, au moyen d'exemples répétés, cette pratique philosophique de la lecture qui consiste à extraire chaque jour de ce qu'on a lu une pensée sur laquelle se concentrer.

Dans la pratique de l'exercice spirituel de la lecture couplée à l'écriture, les *Lettres à Lucilius* reflètent surtout la première étape, celle de la lecture, celle de l'apprentissage. À travers sa correspondance avec Lucilius, Sénèque prépare et forme ce dernier à la philosophie stoïcienne à travers les étapes dogmatique et parénétiq ue de sa direction spirituelle. Par ailleurs, les *Lettres* offrent un bon exemple de la façon dont il faut pratiquer l'exercice spirituel de la lecture couplée à l'écriture. Cela a lieu non seulement à travers de nombreux développements théoriques à ce sujet mais aussi à travers l'usage des nombreuses citations qui rythment la correspondance.

## Conclusion générale

Notre étude de la lecture et de l'écriture dans la philosophie stoïcienne s'est déroulée en deux temps. Dans un premier temps, nous avons étudié de manière théorique la conception stoïcienne de la lecture et de l'écriture en tant que pratiques philosophiques à finalité éthique. À travers les réponses aux questions de leur définition, de leur utilité et de leur fonctionnement, nous avons tenté de démontrer deux thèses. D'une part, la lecture et l'écriture forment ensemble un couple de pratiques complémentaires et indissociables, un exercice spirituel à part entière. D'autre part, la lecture et l'écriture relèvent d'une finalité concrète, en l'occurrence éthique, à savoir la construction de soi. La pratique de la lecture couplée à l'écriture permet donc la réalisation en deux étapes de la philosophie en tant qu'art de vivre qui exige une transformation de la manière d'être et de vivre de celui qui s'y adonne.

La lecture correspond à l'étape d'apprentissage, de connaissance. À partir des textes qu'il lit, le philosophe s'alimente en principes, en dogmes et en doctrines. Ceux-ci constituent un fond théorique qui seul ne suffit pas à réaliser le processus philosophique de transformation. C'est ici que l'écriture intervient. Son rôle est d'assimiler ce qui a été appris au cours des lectures. Cette assimilation consiste à transformer les principes, les dogmes et les doctrines appris en actes, plus précisément en ἦθος. Il s'agit de les mettre en pratique de manière à ce qu'ils fassent corps avec le philosophe, de manière à ce qu'il produise une véritable transformation en lui-même. C'est ce que nous avons appelé la fonction *éthopoïétique* de l'écriture.

Dans un second temps, nous avons examiné comment ce cadre théorique défini dans la première partie du travail fonctionne concrètement dans les *Entretiens* et le *Manuel* d'Épictète, dans les *Pensées* de Marc Aurèle et dans les *Lettres à Lucilius* de Sénèque. Nous avons suivi la même procédure pour chacune de ces œuvres. Nous avons d'abord mis en évidence les particularités du texte en tenant compte de son contexte de rédaction. Nous nous sommes ensuite livrée à un examen approfondi des citations pour observer la façon dont la formulation et l'usage de ces dernières attestent la conception stoïcienne de la lecture et de l'écriture dans la composition littéraire et dans la réflexion philosophique de ces philosophes.

Pour commencer, nous avons analysé les *Entretiens* et le *Manuel* d'Épictète. Nous avons voulu démontrer que ces deux ouvrages constituent un exercice spirituel de lecture et d'écriture à part entière pratiqué par leur rédacteur, Arrien. Ce dernier, en effet, en tant qu'élève et disciple d'Épictète, a bénéficié d'un enseignement philosophique dont les deux étapes fondamentales

sont celle de l'apprentissage assuré par la lecture de textes et celle de l'assimilation à l'œuvre dans l'écriture des idées forces glanées au fil des lectures.

Les *Entretiens* correspondent à l'étape de la lecture et reflètent la seconde partie des leçons d'Épictète, celle de la discussion. Ce moment est l'occasion pour Épictète d'expliquer à ses élèves les principes, les dogmes et les doctrines stoïciens qu'ils viennent d'apprendre et de leur montrer comment les mettre en pratique et les réaliser. Pour ce faire, Épictète mobilisent, dans ces développements, des citations qui revêtent une double fonction. D'un côté, elles servent d'explications, de démonstrations à la théorie qui a été exposée dans la première partie de la leçon, celle de la lecture commentée. Les citations systématisent ainsi le discours philosophique en concentrant derrière une formule de quelques lignes tout un édifice théorique. De l'autre, elles servent d'exemples fictifs de la façon dont il faut assimiler le contenu des lectures pour le transformer en actes. Épictète cite notamment les œuvres de Platon, de Xénophon, d'Homère et d'Euripide pour évoquer les figures divines ou humaines qu'elles contiennent et les ériger en modèles d'actions à suivre ou à ne pas suivre.

Le *Manuel*, qui correspond à l'étape de l'écriture, opère concrètement la mise en pratique et la réalisation du discours philosophique enseigné, expliqué et exemplifié dans les *Entretiens*. Il ne s'agit plus d'apprendre mais de faire. Cet objectif explique l'absence quasi totale de citations dans le *Manuel* : son contenu et sa composition sont tout entiers orientés vers la transposition des considérations théoriques des *Entretiens* en actions concrètes.

Ensuite, nous nous sommes penchée sur les *Pensées* de Marc Aurèle qui constituent un véritable exercice d'écriture philosophique. Il s'agit d'un ouvrage dont la démarche est de pratiquer la philosophie en acquérant la disposition intérieure fondamentale qu'elle exige au moyen d'un discours composé de formules universelles, de *dogmata*. Ces dogmes qui sont inlassablement répétés et reformulés deviennent des principes d'actions qui sont constamment réveillés et réactivés. Les citations présentes dans les *Pensées*, tant dans leur formulation que dans leur usage, subissent ce même traitement de répétition et de reformulation. Elles permettent ainsi d'implanter, de ficher dans l'âme des discours qui deviennent un savoir à portée de main, au point de faire corps avec lui. Elles opèrent ainsi la transformation de la manière d'être et de vivre de celui qui les assimile, en l'occurrence Marc Aurèle.

Enfin, nous avons examiné les *Lettres à Lucilius* de Sénèque. La correspondance de ce dernier avec Lucilius relève d'une direction spirituelle en deux étapes, l'une dogmatique, théorique et l'autre parénétiq ue, pratique. Nous avons tenté de démontrer que ces deux étapes se retrouvent dans les *Lettres* à travers la formulation et l'usage des citations qu'elles

contiennent. Dans les vingt-neuf premières *Lettres*, qui correspondent à la dogmatique, Sénèque cite essentiellement Épicure. Cela lui permet d'une part d'attirer la bienveillance et l'attention de son correspondant et d'autre part de l'initier aux bases de la philosophie. Il s'agit d'une étape préparatoire au cours de laquelle Lucilius doit prendre connaissance de principes, de dogmes et de doctrines généraux. À partir de la *Lettre* 30, Sénèque entame la seconde étape de sa direction spirituelle, la parénétiq. À ce moment, il est question de former Lucilius, c'est-à-dire de lui apprendre ce qu'il doit concrètement faire, en lui fournissant toute une série de préceptes, de conseils et d'exemples pratiques. C'est précisément à cela que servent les citations, principalement celles de Virgile, qui jalonnent cette seconde partie des *Lettres*.

L'analyse de la formulation et de l'usage des citations dans les *Entretiens* et le *Manuel* d'Épictète, dans les *Pensées* de Marc Aurèle et dans les *Lettres à Lucilius* de Sénèque nous permettent de confirmer, sur les plans de la composition littéraire et de la réflexion philosophique, la conception de la lecture et de l'écriture en tant que pratiques philosophiques à finalité éthique. Nous pouvons distinguer ces œuvres en deux groupes selon les enjeux qu'elles revêtent.

Les *Entretiens* d'Épictète et les *Lettres à Lucilius* de Sénèque se situent au même niveau de l'exercice spirituel, celui de la lecture. Dans les deux cas, il s'agit de l'enseignement ou de l'apprentissage selon le point de vue du maître — Épictète ou Sénèque — ou celui de l'élève — Arrien ou Lucilius. Il y a cependant une différence majeure dont il faut tenir compte : la rédaction des *Entretiens* est l'œuvre d'Arrien, l'élève, tandis que les *Lettres* ont été écrites par Sénèque, le maître. Quoiqu'il en soit, à travers l'analyse de ces deux ouvrages, nous avons pu mettre en évidence deux étapes, deux moments dans l'enseignement ou l'apprentissage philosophique théorique. Nous observons, d'une part, un enseignement théorique « général » qui consiste en la prise de connaissances des bases de la philosophie stoïcienne et l'état d'esprit dans lequel il faut la pratiquer. Cet apprentissage correspond chez Épictète aux premières parties de ses leçons dans lesquelles il fait parfois allusion dans les *Entretiens*. Chez Sénèque, cet enseignement correspond à la partie dogmatique de sa direction spirituelle, à savoir les vingt-neuf premières *Lettres*. Nous avons ensuite un enseignement ou un apprentissage théorique « spécifique » qui prescrit ce qu'il faut faire dans des situations de vie concrètes. Chez Épictète, il s'agit de la seconde partie de ses leçons, à savoir les *Entretiens* et chez Sénèque, de la partie parénétiq. de sa direction spirituelle qui correspond aux nonante-cinq dernières *Lettres*. Cette étape de l'enseignement ou de l'apprentissage philosophique spécifique amorce

déjà le niveau suivant de l'exercice spirituel, celui de l'écriture. Cela montre bien la complémentarité et l'indissociabilité de ces deux pratiques.

Le *Manuel* d'Épictète et les *Pensées* de Marc Aurèle correspondent au niveau de l'écriture. Il consiste en l'assimilation et la mise en application de ce qui a été appris au niveau précédent. L'écriture de ces ouvrages remplit une fonction *éthopoïétique* qui transforme les principes, les dogmes et les doctrines théoriques en actions concrètes. L'écriture *éthopoïétique* comporte deux étapes : la sélection et la formulation. Lorsqu'un texte a été lu, il est d'abord question d'y repérer les idées forces sans pour autant reprendre une doctrine dans son entièreté. Ce processus de sélection est bien visible dans le *Manuel* puisque nous possédons le texte initial à partir duquel il sélectionne les idées forces, à savoir les *Entretiens*. Une fois les idées sélectionnées, il faut les formuler de manière à ce qu'elles soient facilement mémorisées et mobilisées, de manière à les avoir toujours sous la main. Concrètement, il s'agit de privilégier des formules d'une part concises et concentrées, et d'autre part persuasives et frappantes. C'est à travers la réalisation de ces deux processus successifs que l'écriture produit un véritable effet, celui de transformer la manière d'être et de vivre.

Ce travail de fin d'études constitue un élément de réponse à la question de la lecture et de l'écriture dans la philosophie de l'Antiquité. Pour le compléter et l'enrichir, il pourrait être intéressant d'effectuer la même démarche de recherche au sujet de la philosophie épicurienne à travers, par exemple, les lettres et les maximes d'Épicure ainsi que certains écrits de Philodème de Gadara. Cela permettrait de comparer d'une part la conception de la lecture et de l'écriture de deux écoles philosophiques concurrentes et d'autre part la façon dont cette théorie se manifeste au sein des œuvres des philosophes qui les représentent.

# Bibliographie

## Éditions et traductions

### **Les *Entretiens* d'Épictète**

Epictetus, *Dissertationes ab Arriano digestae*, edidit H. Schenkl, Leipzig, Teubner, 1965.

Épictète, *Entretiens*, Texte établi et traduit par J. Souilhé avec la collaboration de A. Jagu [pour les livres III et IV], 4 vols, Paris, Les Belles-Lettres, 1948-1975.

Épictète, *Entretiens, fragments et sentences*, introduits et traduits par R. Muller, Paris, Vrin, 2015.

### **Le Manuel d'Épictète**

Epictetus, *Encheiridion*, edidit G. Boter, Leipzig, Teubner, 2007.

Arrien, *Manuel d'Épictète*, Introduction, traduction et notes par P. Hadot, Paris, Le Livre de Poche, 2000.

### **Les Pensées de Marc Aurèle**

*The Meditations of the Emperor Marcus Aurelius Antonius*, edited, translated and commented by A. S. L. Farquharson, 2 vols., Oxford, Clarendon Press, 1944.

Marc Aurèle, *Pensées*, Texte établi et traduit par A. I. Trannoy, Paris, Les Belles-Lettres, 2015<sup>2</sup> [1925].

Marc Aurèle, *Écrits pour lui-même. Tome I, Introduction générale. Livre I*, texte établi et traduit par P. Hadot avec la collaboration de Concetta Luna, Paris, Les Belles-Lettres, 1998.

### **Les Lettres à Lucilius de Sénèque**

L. Annaeus Seneca, *Ad Lucilium epistulas morales*, recognovit et adnotatione critica instruxit L. D. Reynolds, Oxford, Oxford Classical Texts, 1969.

Sénèque, *Entretiens. Lettres à Lucilius*, édition établie par Paul Veyne, Paris, Robert Laffont 1981 (Bouquins).

## **Autres œuvres**

Arius Didyme, *Epitome of Stoic ethics*, edited and translated by A. J. Pomeroy, Atlanta, Society of Biblical Literature, 1953-1999.

Claudius Galenus, *Opera omnia, vol. 19*, edidit C. G. Kühn, Leipzig, Knobloch, 1830 [réimpr. Hildesheim : Olms, 19, 1965].

Diogenes Laertius, *Vitae philosophorum*, edited, translated and commented by H. S. Long, Oxford, 2 vols., Calendron Press, 1964.

*Lucian in eight volumes, vol.2*, edited and translated by A. M. Harmon, Cambridge Mass., Harvard University Press, 1921.

Olympiodorus, *In Platonis Gorgiam commentaria*, edidit L. G. Westerink, Leipzig, Teubner, 1970.

Plutarchus, *Moralia, vol. 3*, edidit M. Pohlenz, Leipzig, Teubner, 1929 [réimpr. 1972].

Simplicius, *Commentaire sur le Manuel d'Épictète. Introduction et édition critique du texte grec par I. Hadot*, Leiden, Brill, 1996.

Strabo, *Geographica*, edidit A. Meineke, 3 vols., Leipzig, Teubner, 1887.

Sextus Empiricus, *Opera*, edidit J. Mau and H. Mutschmann, 3 vols., Leipzig, Teubner, 1914-1961.

## **Études**

ANDRE J.-M., « La présence de Virgile chez Sénèque. Zones d'ombre et de lumière », *Helmantica* 32 (1982), p. 219-233.

ARMISEN-MARSCHETTI M., « Seneca's Images and Metaphors », in BARTSCH S. & SCHIESARO A. (eds.), *The Cambridge Companion to Seneca*, Cambridge, Cambridge University Press, 2015, p. 150-161.

BÉNATOUÏL TH., *Faire usage : la pratique du stoïcisme*, Paris, Vrin, 2007.

BÉNATOUÏL TH., *Les Stoïciens III. Musonius – Épictète – Marc Aurèle*, Paris, Les Belles Lettres, 2009.

BERTHET J.-F., « Sénèque lecteur d'Horace d'après les *Lettres à Lucilius* », *Latomus* 38 (1979), p. 940-954.



BOGE H., *Griechische Tachygraphie und Tiromische Noten. Ein Handbuch der antiken und mittelalterlichen Schnellschrift*, Berlin, Akad.-Verl., 1973.

BONHÖFFER A., *Epictet und die Stoa: Untersuchungen zur Stoischen Philosophie*, Stuttgart, Ferdinand Enke, 1890.

— *Die Ethik des Stoikers Epictet. Anhang : Exkurse über einige wichtige Punkte der Stoischen Ethik*, Stuttgart, Ferdinand Enke, 1894.

BRUNT P. A., « From Epictetus to Arrian » revised reprint of *Athenaeum* 55 (1997), 19–48, in GRIFFIN M. & SAMUELS A. (eds) with the assistance of Michael Crawford, *Studies in Stoicism*. P. A. Brunt, Oxford, Oxford University Press, 2013.

CAVALLO G., « Du volumen au codex. La lecture dans le monde romain », dans CAVALLO G. ET CHARTIER R. (éds.), *Histoire de la lecture dans le monde occidental*, Paris, Seuil, 1997, p. 79-107.

COLARDEAU T., *Étude sur Épictète*, Paris, Albert Fontemoing, 1903.

CORTASSA G., *Il filosofo, i libri, la memoria. Poeti e filosofi nei Pensieri di Marco Aurelio*, Torino, Tirrenia Stampatori, 1989.

DARBO-PESCHANSKI C. (dir), *La Citation dans l'Antiquité : actes du colloque du PARSA*, Lyon, ENS LSH, 6-8 novembre 2002, Grenoble, Jérôme Millon, 2004.

DOBBIN R., *Epictetus Discourses Book 1*, Oxford, Clarendon Press, 1998.

DOPPIONI L., *Virgilio nell'arte e nel pensiero di Seneca*, Firenze, Libr. ed. Fiorentina, 1939.

DORANDI T., *Le stylet et la tablette. Dans le secret des auteurs antiques*, Paris, Les Belles Lettres, 2000.

DORION L.-A., « Héraclite ou Héraklès ? Épictète, *Manuel* 15 », *Revue de philologie, de littérature et d'histoire ancienne* 89 (2015), 1, p. 43-63.

FOUCAULT M., « L'écriture de soi », dans *Corps écrits*, 5, 1983, p. 3-23, repris dans *Dits et écrits II*. 1976-1988, Paris, Gallimard, 2001, p. 1234-1249.

— *L'Herméneutique du sujet*, Paris, Gallimard - Seuil, 2001.

FUENTES GONZALES P. P., art. « Épictète », dans GOULET R., *Dictionnaire des philosophes antiques*, t. III, Paris, C.N.R.S.-Éditions Centre National de la Recherche Scientifique, 2000, p.123-125.

- GALICHON I., « L'éthopoïétique de l'écriture de soi », *Phantasia* 8 (2019), p. 21-30.
- GIAVATTO A., « The Style of the Meditations », in VAN ACKEREN M. (ed.), *A Companion to Marcus Aurelius*, Oxford, Wiley-Blackwell, 2012, p. 333-345.
- GOURINAT J.-B., *Premières leçons sur le Manuel d'Épictète*, Paris, Presses Universitaires de France, 1996.
- *La dialectique des Stoïciens*, Paris, Vrin, 2000 (Histoire des Doctrines de l'Antiquité Classique, 22).
- HADOT I., *Seneca und die Griechisch-Römische Tradition der Seelenleitung*, Berlin, De Gruyter, 1969.
- *Sénèque. Direction spirituelle et pratique de la philosophie*, Paris, Vrin, 2014.
- HADOT P., « Philosophie, Discours philosophique, et Divisions de la Philosophie chez les Stoïciens », *Revue internationale de Philosophie* 45 (1991), p. 205-219.
- *La citadelle intérieure. Introduction aux Pensées de Marc Aurèle*, Paris, Fayard, 1997.
- *Qu'est-ce que la philosophie antique ?*, Paris, Gallimard, 1999<sup>2</sup> [1995].
- *La philosophie comme manière de vivre : entretiens avec Jeannie Carlier et Arnold I. Davidson*, Paris, Albin Michel, 2001.
- *Exercices spirituels et philosophie antique*, Paris, Albin Michel, 2002.
- JAGU A., *Épictète et Platon. Essai sur la relation entre stoïcisme et platonisme à propos de la morale des Entretiens*, Paris, Vrin, 1946.
- LONG A. A., « Epictetus and Marcus Aurelius », in T. J. LUCE (ed.), *Ancient Writers II*, New York, 1982, p. 985-1002.
- *Epictetus. A Stoic and Socratic Guide to Life*, Oxford, Oxford University Press, 2004.
- LONG A. A. AND SEDLEY D. N., *The Hellenistic Philosophers. Vol. 2, Greek and Latin texts with notes and bibliography*, Cambridge, Cambridge University Press, 1987.
- LURQUIN G., « La citation poétique dans les ouvrages en prose de Sénèque le philosophe », *Revue belge de Philologie et d'Histoire* 25 (1946-1947), p. 946.
- MAZZOLI G., *Seneca e la poesia*, Milano, Ceschina, 1970.

MORE P. E., *Hellenistic Philosophies, The Greek Tradition II*, Princeton, Princeton University Press, 1923.

MULLER R., *Les Stoïciens*, Paris, Vrin, 2012<sup>2</sup> [2006].

NICOLAS C. (dir.), « *Hôs epath'* », « *dixerit quispiam* », « *comme disait l'autre* » : *mécanismes de la citation et de la mention dans les langues de l'Antiquité*, Grenoble, Université Stendhal-Grenoble III, 2006.

PAULIAT G.-A. et PAULIAT M., *Civilisations grecque et romaine*, Paris, Ellipses, 1992.

POHLENZ M., *Die Stoa: Geschichte einer geistigen Bewegung*, t. II, Gottingen, Vandenhoeck & Ruprecht, 1964<sup>2</sup> [1949].

SALLES C., *Lire à Rome*, Paris, Les Belles Lettres, 1992.

SELLARS J., *The Art of Living. The Stoics on the Nature and Function of Philosophy*, Bristol, Bristol Classical Press, 2009<sup>2</sup> [2003].

SORABJI R., *Emotion and Peace of Mind, From Stoic Agitation to Christian Temptation*, Oxford, Oxford University Press, 2000.

VALLETTE-CAGNAC E., *La lecture à Rome. Rites et pratiques*, Paris, Belin, 1997.

VANDERSMISSEN M. ET VANHAEGENDOREN K., « Détection automatique de réminiscences potentielles de Xénophon chez Arrien », *Les Études classiques* 82 (2014), p. 89-102.

WIRTH H., *De Virgili apud Senecam philosophum usu*, Freiburg im Brisgau, 1900.

WIRTH T., « Arrians Erinnerungen an Epiktet », *Museum Helveticum* 24 (1967), p. 146-189 ; 197-216.

## **Dictionnaire**

GAFFIOT F., *Le Grand Gaffiot. Dictionnaire Latin-Français. Troisième édition revue et augmentée sous la direction de P. Flobert*, Paris, Hachette, 2000.

## **Ressources électroniques**

LIDDELL, SCOTT, JONES ANCIENT GREEK LEXICON (LSJ), [https://lsj.gr/wiki/Main\\_Page](https://lsj.gr/wiki/Main_Page)

PHI LATIN TEXTS, *Classical Latin Texts, A Ressource Prepared by the Packard Humanities Institute*, <https://latin.packhum.org>

THESAURUS LINGVAE GRAECAE (TLG), *Thesaurus Linguae Graecae. A Digital Library of Greek Literature*, <http://stephanus.tlg.uci.edu>