



Pierre Hadot et le sentiment océanique

Dagmar Bonnault

► **To cite this version:**

| Dagmar Bonnault. Pierre Hadot et le sentiment océanique. Philosophie. 2016. <dumas-01427038>

HAL Id: dumas-01427038

<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-01427038>

Submitted on 9 Jan 2017

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



UFR 10 Philosophie

Master 2
Parcours Philosophie contemporaine

Dagmar BONNAULT

**Pierre Hadot
et le sentiment océanique**

Sous la direction de
M. Laurent Jaffro

Année universitaire 2015/2016

Résumé :

Les travaux de Pierre Hadot proposent une vision de la philosophie comme une manière de vivre, une pratique qui engage l'être et qui vise à le transformer. Dans plusieurs entretiens, il évoque ce qu'il considère comme sa première expérience philosophique : l'expérience du sentiment océanique, dont il dit qu'elle a dominé toute son existence. Appelée aussi « mystique sauvage », cette expérience se situe au croisement de différents thèmes qui parcourent l'œuvre d'Hadot et sont profondément liés à la transformation de soi : la philosophie comme mode de vie et comme conversion, le changement du regard, le sentiment de l'existence, et l'étrangeté qu'il y a à philosopher et à vivre.

Mots clés :

Hadot, sentiment, océanique

INTRODUCTION	5
CHAPITRE I : LA PHILOSOPHIE DANS LA VIE	10
I. 1. LA PHILOSOPHIE A LA LUMIERE DE LA PHILOSOPHIE ANTIQUE	10
I. 1. A. LA PHILOSOPHIE COMME MODE DE VIE	10
I. 1. B. LES EXERCICES SPIRITUELS	13
I. 2. L'EXPERIENCE PHILOSOPHIQUE : LE SENTIMENT OCEANIQUE	18
I. 2. A. LE SENTIMENT OCEANIQUE : CORRESPONDANCE ENTRE FREUD ET ROMAIN ROLLAND	18
I. 2. B. L'EXPERIENCE PHILOSOPHIQUE DE PIERRE HADOT	21
I. 2. C. SENTIMENT OCEANIQUE ET VIE RELIGIEUSE	27
CHAPITRE II : LE REGARD	31
II. 1. LE SENTIMENT OCEANIQUE ET LE REGARD	31
II. 1. A. UN REGARD NOUVEAU PORTE SUR LES CHOSES	31
II. 1. B. UNE EXPERIENCE VENUE DE LA CONTEMPLATION ?	36
II. 2. LA PHILOSOPHIE COMME CHANGEMENT DE REGARD	43
II. 2. A. L'EXERCICE DU « REGARD D'EN HAUT »	43
II. 2. B. LA PHILOSOPHIE COMME « RESOLUTION UNE FOIS PRISE DE REGARDER NAÏVEMENT EN SOI ET AUTOUR DE SOI »	49
II. 2. C. PHILOSOPHIE ET CONVERSION	53
CHAPITRE III : LA PRESENCE	57
III. 1 LA PRESENCE AU MONDE	57
III. 1. A. SENTIMENT DE PRESENCE ET CONNAISSANCE DANS LE SENTIMENT OCEANIQUE	57
III. 1. B. L'EXIGENCE PHILOSOPHIQUE DE LA PRESENCE	63

III. 2. CONSCIENCE ET « NIVEAUX DE MOI »	67
III. 2. A. LES DIFFERENTS « NIVEAUX DE MOI »	67
III. 2. B. LA « DILATATION DU MOI »	72
CHAPITRE IV : L'ETRANGETE	78
IV. 1. L'OCEANIQUE ET L'ETRANGETE	78
IV. 1. A. L'ETRANGETE DU SENTIMENT OCEANIQUE	78
IV. 1. B. LE SENTIMENT OCEANIQUE ET L'INEFFABLE	81
IV. 2. LE PHILOSOPHE <i>ATOPOS</i>	85
IV. 2. A. SOCRATE L' <i>ATOPOS</i>	85
IV. 2. B. L'ETRANGETE DE LA PHILOSOPHIE	87
IV. 2. C. PIERRE HADOT L' <i>ATOPOS</i>	89
CONCLUSION	92
ANNEXE	94
TABLEAU RECAPITULATIF DES PRINCIPALES INTERVENTIONS DE PIERRE HADOT RELATIVES A SES EXPERIENCES DU SENTIMENT OCEANIQUE	94
BIBLIOGRAPHIE	98
TEXTES CITES	98
TEXTES CONSULTES :	100
EMISSION :	102
REMERCIEMENTS	103

Introduction

Cette étude s'appuie sur un parti-pris, sur le choix délibéré de considérer Pierre Hadot non pas uniquement en tant que commentateur et historien de la philosophie, mais aussi comme un philosophe dont on peut voir les contours de la pensée se dessiner et se préciser au fil de la lecture de ses travaux. Il n'est pas seulement quelqu'un qui explique et éclaire la pensée des autres, mais aussi quelqu'un auquel la pensée des autres permet à la sienne de se préciser. Non pas qu'il ne soit pas assez clair pour être compris, l'écriture d'Hadot est d'une simplicité et d'une efficacité remarquable, mais plutôt que ce qu'il dit de la pensée des autres est aussi un chemin que l'on peut suivre et qui mène à sa propre vision de la philosophie. Entre Plotin et Wittgenstein, Marc Aurèle et Goethe, derrière cet éclectisme apparent se dissimule en vérité la récurrence de thèmes fétiches qui permettent de créer des ponts entre les différents aspects de son œuvre.

Ce travail implique un autre choix, celui de prendre en compte ce que la vie a à dire de la pensée, ce que le discours sur l'expérience personnelle apporte à la compréhension de l'œuvre. Dans cette perspective, le sentiment océanique nous semble être un point clé pour comprendre le travail de Pierre Hadot et sa vision de la philosophie, un carrefour auquel les différentes routes se rejoignent, ou dont elles partent, selon la perspective dans laquelle on se place. Il ne s'agit pas de dire qu'une œuvre ne peut se lire qu'à la lumière de la vie de celui qui l'a produite, mais que dans ce cas précis elle apporte un éclairage et qu'elle est importante, étant donné

que l'on traite d'un philosophe pour qui la vie vécue est l'essentiel, constitue le cœur de la philosophie. Il semble important donc de se pencher sur cette expérience qu'il qualifie d'expérience philosophique, d'autant plus que le travail de contextualisation de l'œuvre au regard de la vie d'un auteur est une tâche à laquelle Hadot s'est souvent adonné lui-même.

Dans *l'Existence et la valeur*, le résumé de ses cours, préfacé par Pierre Hadot, Louis Lavelle écrit ceci :

On ne peut rien demander de plus à un philosophe, quand on le sollicite de faire l'histoire de son esprit, que d'évoquer ces intuitions fondamentales auxquelles il peut donner une date, mais qui n'ont d'intérêt que dans la mesure où elles ont ensuite reçu en lui un caractère intemporel, où elles sont devenues le climat de son existence et ont formé cette atmosphère d'éternité où se sont alimentées ses pensées successives.¹

Faire l'histoire de son esprit, c'est en quelque sorte le travail auquel Jeannie Carlier et Arnold I. Davidson invitent Pierre Hadot à se livrer dans les entretiens qu'ils ont eus avec lui, publiés sous le nom de *La philosophie comme manière de vivre*. Et c'est très rapidement que Pierre Hadot confie à Jeannie Carlier cette « intuition fondamentale » survenue très tôt dans le cours de sa vie, puisque cette expérience remonte à son enfance. Il s'agit de ce qu'il nomme, à la suite de Romain Rolland, le « sentiment océanique ».

Le but de cette étude réside précisément en ce point, soulevé par Louis Lavelle, qui consiste à comprendre le rôle de cette « intuition » dans le travail de Pierre Hadot. Comment il a pu être guidé par elle, comment un tel événement peut

¹ L. Lavelle, « Témoignage », *L'existence et la valeur*, Paris, Collège de France, 1991, p. 134

aussi servir de principe de lecture de l'œuvre de Pierre Hadot. Il s'agit de comprendre en quoi cette expérience vécue se retrouve au croisement de différentes routes qu'a suivi Pierre Hadot dans ses recherches, et surtout comprendre ce qu'elle a de philosophique.

Pour ce faire, il faudra évidemment éviter les pièges qui peuvent être tendus par une telle approche : vouloir tout expliquer par un principe érigé rétrospectivement comme fondateur est un écueil vis-à-vis duquel la lecture de Bergson enjoint à rester vigilant. De même, la recherche de proximité, de parenté peut aveugler, et pousser à inventer des liens abusifs. Il faut se méfier des raccourcis et des apparentes évidences, et creuser parmi les apparentes incohérences comme Pierre Hadot l'a fait lui-même pour dissiper celles qui étaient abusivement identifiées dans les textes de philosophie antique. Cependant, Pierre Hadot nous le dit lui-même:

[l'expérience du sentiment océanique] a donc joué un rôle important dans mon évolution intérieure. Par ailleurs, elle a fortement influencé ma conception de la philosophie : j'ai toujours considéré la philosophie comme une transformation de la perception du monde.²

Pour tenter de mieux saisir la pensée d'Hadot et cette vision particulière de la philosophie, son attachement profond au réel, son enracinement dans le monde et sa vision, il sera nécessaire de s'appuyer sur certains auteurs qu'ils l'ont influencé ou avec lesquels il revendique une certaine parenté de pensée. Concernant l'étude du sentiment océanique, nous choisissons de nous appuyer en particulier sur les

² P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre. Entretiens avec Jeannie Carlier et Arnold I. Davidson*, Paris, Albin Michel, 2001, p. 24

analyses de Michel Hulin dans son « admirable »³ (selon Hadot) livre consacré à ce sujet, *La Mystique sauvage*, étant donné qu'Hadot lui-même nous renvoie à sa lecture. Au début de l'ouvrage, Hulin expose deux méthodes pour aborder le phénomène du sentiment océanique : « l'approche par le haut » et « l'approche par le bas »⁴. La première consiste à aborder la mystique et ses témoignages avec les outils et concepts mêmes qui les expriment, à les prendre pour argent comptant sans les remettre en cause et les étudier tels quels. La seconde cherche à expliquer les phénomènes mystiques avec des concepts qui lui sont étrangers, peut-être trop, et qui ne permettent de la saisir que de l'extérieur. Ce travail n'a pas vocation à parler en termes cliniques du sentiment océanique, bien que cela soit un sujet extrêmement riche. Il est en effet courant de présenter le sentiment océanique et plus largement les crises mystiques comme la manifestation de névroses. Or, il ne dépend pas de notre domaine d'avoir une approche et de statuer sur des questions liées à la psychologie et à la psychiatrie. De plus, comme le souligne Michel Hulin :

Manifestement, névrose et sentiment océanique peuvent très bien avoir une frontière commune, ne pas toujours se distinguer clairement dans la pratique, et, cependant, correspondre à des intentionnalités très différentes. Or, aussi longtemps que ces dernières n'auront pas été cernées et définies en elles-mêmes, l'assimilation de l'une à l'autre ou la réduction unilatérale d'une forme d'expérience à l'autre relèvera de l'arbitraire pur.⁵

Il ne s'agit donc en aucun cas de résoudre une telle question. Il ne s'agit pas de poser un diagnostic médicalisant sur les expériences particulières de Pierre

³ *Ibid.*, p. 27

⁴ M. Hulin, *La Mystique Sauvage : aux antipodes de l'esprit*, Paris, Presses Universitaires de France, 2014, pp. 16-17

⁵ *Ibid.*, pp. 89-90

Hadot et les expériences mystiques en générale, ou au contraire de rejeter d'un bloc leur parenté avec des faits observés en psychiatrie pour statuer de la vérité transcendante de ces expériences, ni même d'expliquer par des causes psychologisantes les phénomènes qu'il a vécus, mais plutôt de replacer ces phénomènes dans son parcours philosophique, et d'éclairer ses travaux par eux.

Pour étudier ce sentiment océanique, on s'appuiera sur différents entretiens, réalisés par Hadot, et dans lesquels il se livre un peu plus que dans ses ouvrages. Néanmoins, les introductions et conclusions de ses livres sont aussi souvent des sources précieuses dans lesquelles il se laisse aller à des considérations personnelles. Aussi, c'est guidé par Pierre Hadot lui-même, par les indications qu'il fournit et le ou les récits qu'il fait de sa vie que nous pourrions plonger dans son travail et chercher à comprendre le lien entre l'expérience personnelle du « sentiment océanique » et cette vision particulière, à laquelle Hadot est très attaché, de la philosophie comme une « manière de vivre ». Pour cela il s'agira tout d'abord de considérer ce qu'est cette vision de la philosophie qu'a Hadot, ainsi que délimiter provisoirement ce qui est entendu par « sentiment océanique ». Il s'agira ensuite de parcourir et comparer la philosophie et l'expérience personnelle en mettant en avant trois thèmes récurrents dans le travail d'Hadot et qui nous serviront à les expliquer : le regard, la présence, et l'étrangeté.

Chapitre I : La philosophie dans la vie

I. 1. La philosophie à la lumière de la philosophie antique

I. 1. A. La philosophie comme mode de vie

La philosophie hellénistique constitue la voie d'entrée en quelque sorte classique dans l'œuvre de Pierre Hadot. C'est en étudiant le *Manuel* d'Épictète, les *Pensées* de Marc-Aurèle, ou en cherchant à avoir une vision d'ensemble de la philosophie antique qu'un étudiant curieux a le plus de chances de croiser le travail de Pierre Hadot, sous la forme de traductions et de commentaires. Il a en effet consacré une grande partie de sa vie à étudier cette période de la philosophie et son influence sur la pensée moderne et contemporaine, et a proposé un véritable renouvellement de la vision de cette période son approche des textes, consistant tout d'abord à les replacer dans leur contexte. C'est un travail de philosophe, mais aussi un travail d'historien et de philologue qu'il réalise, et qui a pour but de restituer les conditions d'émergence des œuvres, et plus largement le cadre dans lequel la philosophie se développe, afin d'amener son lecteur à saisir les enjeux qui sous-tendent les textes pour mieux appréhender leur contenu. Il ne se contente pas d'analyser le discours, mais l'enrichit d'une véritable contextualisation des auteurs ainsi que des périodes étudiées. Cette exigence et cet effort viennent directement du constat qu'un texte, pour être compris de manière pertinente, ne peut être abordé

comme s'il s'agissait d'un objet intemporel. Il n'est pas uniquement le fruit d'un individu mais appartient aussi à une époque, répond à des enjeux précis et a des conditions d'énonciation qui le déterminent. Sa compréhension ne peut se faire sans un effort de re-temporalisation. Un texte écrit il y a deux mille ans ne peut être lu correctement si le lecteur le prend comme une production contemporaine. Le sens des mots évolue, les exigences et les enjeux ne sont plus les mêmes, et surtout le rôle donné à la philosophie s'est modifié au cours du temps. C'est là la thèse principale d'Hadot.

Ce qu'il est nécessaire de saisir pour aborder la philosophie hellénistique, c'est la distance qui la sépare de ce qui est entendu aujourd'hui par le terme philosophie. La caractéristique principale de la philosophie dans l'Antiquité est qu'elle est un mode de vie. Est philosophe celui qui vit de manière philosophique, c'est-à-dire qui règle sa conduite sur la doctrine de l'école qu'il a choisie, ou même simplement qui vit selon des principes destinés à le mener à la vertu. Pour les stoïciens, par exemple, écrit-il,

la philosophie ne consiste pas dans l'enseignement d'une théorie abstraite, encore moins dans une exégèse de textes, mais dans un art de vivre, dans une attitude concrète, dans un style de vie déterminé, qui engage toute l'existence. L'acte philosophique ne se situe pas seulement dans l'ordre de la connaissance, mais dans l'ordre du « soi » et de l'être : c'est un progrès qui nous fait plus être, qui nous rend meilleurs.⁶

Philosopher n'est pas savoir, c'est être. C'est un choix qui mobilise tous les aspects de la vie de celui qui décide de suivre cette voie. Pour reprendre une

⁶ P. Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique*, Paris, Albin Michel, 2002, p.22-23

comparaison de Pierre Hadot, certains entraînent en philosophie comme on entre en religion.⁷

Sans doute, il est bien évident qu'il ne peut y avoir de philosophie sans un discours intérieur et extérieur du philosophe. Mais tous ces philosophes dont j'ai parlé se considèrent philosophes, non pas parce qu'ils développent un discours philosophique, mais parce qu'ils vivent philosophiquement. Le discours s'intègre à leur vie philosophique comme une activité pédagogique exercée sur autrui, ou comme une activité de méditation, ou comme l'expression, comme l'explicitation d'une contemplation qui, elle-même, n'est pas discursive.⁸

Le discours philosophique entretient une relation avec cette pratique puisqu'il peut l'orienter et la soutenir, et il est même nécessaire, mais il ne peut exister indépendamment d'elle.

Et ceci, Pierre Hadot l'applique dans son travail, car ses recherches sur la philosophie ancienne, bien qu'extrêmement minutieuses et savantes, n'ont pas pour finalité une recherche de l'érudition pour elle-même. En effet, si une mise en contexte est importante pour lire avec justesse la philosophie ancienne, Pierre Hadot ne s'arrête pas là. Il ne se cantonne pas aux limites de la période qu'il étudie, car les implications dépassent l'histoire de la philosophie au sens strict. Il fait de ses travaux sur la philosophie antique des outils pour penser la philosophie de manière plus large. « Les recherches sur le passé doivent avoir un sens actuel, personnel,

⁷ « Les uns entraînent en philosophie, comme nous disons de quelqu'un qui veut se faire moine qu'il entre en religion. » P. Hadot, « Entretien », A. I. Davidson et F. Worms (dir.) *L'enseignement des antiques, l'enseignement des modernes*, Paris, Editions rue d'Ulm/Presses de l'Ecole normale supérieure, 2010, p.21

⁸ P. Hadot, *Etudes de philosophie ancienne*, Paris, Les Belles Lettres, 2010, p.228

formateur, existentiel. »⁹ Les constats qu'il tire doivent permettre, non seulement d'appréhender les textes de la période donnée, mais aussi d'ouvrir le regard sur le rôle de la philosophie aujourd'hui, mettre en perspective la tâche qui est assignée à la philosophie et l'éclairer d'une lumière nouvelle. Sans pour autant verser dans des analyses et des raccourcis anachroniques, il sème des pistes pour penser ce rapport, pistes qui ne laissent aucune place à l'équivoque quant à son positionnement. Hadot en est convaincu : la philosophie n'est pas pour lui un domaine théorique ou spéculatif. Sa raison d'être même réside dans son lien intime avec le vécu, avec l'expérience, mais aussi avec la possibilité de la transformation de soi, dont elle est la pensée mais aussi l'application concrète.

I. 1. B. Les exercices spirituels

L'un des problèmes qui s'est posé à Pierre Hadot en se penchant sur la philosophie antique est celui des « apparentes incohérences » entre les différents textes d'une même doctrine ou d'un même philosophe mises en évidence par de nombreux commentateurs. Ce sont ses recherches et sa méthode, non seulement philosophiques, mais aussi philologiques, ainsi que sa découverte et la lecture du *Tractatus logico-philosophicus*, en particulier à propos des jeux de langage¹⁰ qui ont permis à Pierre Hadot de porter un regard nouveau sur ce qui se présentait

⁹ A. I. Davidson citant P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p.113

¹⁰ « Exactement, il n'y avait donc pas « le » langage, mais des « jeux de langage », se situant toujours, disait Wittgenstein, dans la perspective d'une activité déterminée, d'une situation concrète ou d'une forme de vie. Cette idée m'a aidé à résoudre le problème qui se posait à moi, et d'ailleurs à beaucoup de mes collègues, celui de l'incohérence apparente des auteurs philosophiques de l'Antiquité. » P. Hadot, *Wittgenstein et les limites du langage*, Paris, J. Vrin, 2014

comme des contradictions. La perspective selon laquelle le langage n'est pas un ensemble figé et valable absolument, mais qu'au contraire il dépend du cadre dans lequel il s'inscrit lui permet alors de mettre au jour l'idée que les fragments se présentant comme incohérents les uns entre les autres ne peuvent être mis côte à côte sur le même plan pour la simple raison qu'ils dépendent de leur contexte d'énonciation et de leur visée. Ce qui les rendrait incohérents serait le fait de les envisager comme appartenant à un corpus homogène et systématique. En réalité, la philosophie antique est inscrite dans une forte tradition orale, aussi bien avec les cours dispensés dans les écoles, que les dialogues, ou les échanges de conseils. Ces différentes conditions d'énonciations sont susceptibles de faire varier l'angle adopté pour aborder les points de doctrines, en fonction des circonstances et des objectifs. On ne s'adresse pas de la même manière à un ami qu'à une assemblée, tout comme on écrit différemment si l'on écrit pour quelqu'un ou pour soi-même. Il y a pour Hadot une confusion quant au but attribués aux textes. Le fait de les lire si longtemps après, et de s'en servir pour faire un travail d'histoire de la philosophie afin d'essayer de recomposer les doctrines originelles à partir d'eux fait perdre de vue le fait que leur finalité peut ne pas être la simple exposition de ces doctrines.

Il m'est apparu alors que la principale préoccupation de ces auteurs n'était pas d'informer leurs lecteurs sur un agencement de concepts, mais de les former : même les « manuels » (comme celui d'Epictète) étaient des recueils d'exercices. Il fallait donc replacer les discours philosophiques, dans leur jeu de langage, dans la forme de vie qui les avait engendrés, donc dans la situation concrète personnelle ou

sociale, dans la praxis qui les conditionnaient ou par rapport à l'effet qu'ils voulaient produire.¹¹

Non pas informer, mais former. Cette formule, qu'Hadot emprunte à l'ouvrage sur *Les Dialogues de Platon* de Victor Goldschmidt à plusieurs occasions¹², insiste sur la dimension pratique de la philosophie. Là où l'on peut voir des expositions de doctrines, il y a en réalité des cours, des dialogues, des échanges qui ont pour but de produire un ou des effets sur ceux auxquels ils s'adressent, qui cherchent à les transformer. Si Hadot ne fait mention que de Wittgenstein pour résoudre ce problème de l'apparente contradiction, il y a pourtant bien un autre philosophe qu'il a lu assidûment et qui fait mention d'un problème et d'une résolution similaire. Il s'agit de Bergson :

n'a-t-on pas eu raison de faire remarquer qu'elle frise le paradoxe, et même la contradiction, dans les plus précises de ses recommandations ? Si la richesse est un mal, ne nuirons-nous pas aux pauvres en leur abandonnant ce que nous possédons ? Si celui qui a reçu un soufflet tend l'autre joue, que devient la justice, sans laquelle il n'y a pourtant pas de charité ? Mais le paradoxe tombe, la contradiction s'évanouit, si l'on considère l'intention de ces maximes qui est d'induire un état d'âme.¹³

Ce que Bergson écrit à propos de l'Évangile est tout à fait valable pour résoudre les incohérences auxquelles Hadot fait face. En effet, la tradition de la philosophie antique s'appuie sur une conception de l'homme comme être imparfait

¹¹ *Ibid.*, p. 11

¹² Entre autres : P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre*, p. 95 ; « La culture de soi », *La vie comme elle va*, France culture

¹³ H. Bergson, *Les deux sources de la morale et de la religion*, Paris, Presses Universitaires de France, 2013, p. 57

mais perfectible. Il s'agit de le redresser, de le changer, afin qu'il soit en adéquation avec le monde ainsi qu'avec sa propre nature. Nombreux sont les textes qui établissent un parallèle entre la médecine qui a pour but de guérir le corps, et la philosophie celui de guérir l'âme. Parler de transformer l'homme et de guérir son âme n'est pas contradictoire, l'exemple de la guérison illustre ce qu'on entend par transformation dans une certaine perspective, celle de le rendre conforme à sa nature en le soulageant des maux inutiles que lui causent ses nombreuses erreurs, et insiste sur la philosophie comme remède à ces maux. Ainsi, l'objectif est de s'améliorer, de ne plus être dans l'erreur mais d'appréhender le monde selon de nouvelles représentations. Cette transformation est un apprentissage et un travail sur soi. C'est aussi un désapprentissage de son ancienne manière de vivre, pour une nouvelle manière, pour une vie de philosophe, c'est-à-dire suivant les principes de la doctrine choisie. Par exemple, pour les stoïciens selon lesquels les maux qui affligent les hommes sont dus au fait qu'ils orientent mal leurs propres désirs, il faut changer leurs représentations sur les choses pour ainsi orienter leurs désirs de manière juste, conforme à la nature des choses, qui sont neutres pour l'homme quand elles ne dépendent pas de sa responsabilité. Ainsi il lui faudra apprendre à ne plus considérer les choses comme il le faisait auparavant mais à changer ses représentations afin de se changer lui-même.

Et puisqu'une habitude très forte a précédé, celle d'user de notre désir et de notre aversion uniquement vis-à-vis des choses extérieures, il faut opposer à cette habitude l'habitude contraire ; au terrain glissant de l'imagination il faut opposer l'exercice.¹⁴

¹⁴ Epictète, *Entretiens*, III, XII, 6, in *Les Stoïciens* vol. II, Paris, Gallimard, 1962

Les exercices peuvent prendre des formes diverses et varient selon des objectifs précis. Il peut, par exemple, s'agir du fameux *memento mori*, qui vise à préparer à l'idée de sa propre mort pour libérer de l'angoisse qu'elle cause tout en vivant mieux grâce à la conscience de sa finitude. Cela peut être une préparation mentale à des événements plus triviaux (être face à des contrariétés ou des objets considérés à torts comme désirables) mais susceptibles de détourner un apprenti philosophe de sa nouvelle voie. Il y a aussi l'examen de conscience dans lequel on repasse et évalue ses différentes actions de la journée avec du recul et à la lumière de principes absents à l'esprit ou oubliés au moment d'agir, ou encore des exercices ayant pour but de visualiser les choses dénuées des représentations que l'on y ajoute par habitude (la richesse est un bien, la maladie est un mal, etc.), ainsi que de considérer le cosmos dans son ensemble pour évaluer à sa juste mesure la place que l'on y occupe. Ces exercices sont conçus, d'une certaine manière, comme le parallèle des exercices pratiqués pour renforcer le corps :

La représentation d'un exercice philosophique s'enracine dans l'idéal de l'athlétisme et de la pratique habituelle de la culture physique dans les gymnases. De même que, par des exercices corporels répétés, l'athlète donne à son corps une force et une forme nouvelles, de même, par les exercices philosophiques, le philosophe développe sa force d'âme, et se transforme lui-même.¹⁵

Cette lecture des textes qui consiste à les replacer dans leur contexte, pour être le plus fidèle possible à leurs objectifs et ainsi à leur sens constitue par elle-même un exercice, tout autant que le dialogue ou la méditation. C'est d'ailleurs à cet exercice de lecture que Pierre Hadot consacre le dernier mouvement de son

¹⁵ P. Hadot, *Qu'est-ce que la philosophie antique*, Paris, Gallimard, 2010, p. 290

fameux article sur les « Exercices spirituels ». Lire exige de pouvoir se détacher de soi et de se départir d'éventuels préjugés pour se replacer soi-même dans la perspective des auteurs plutôt que d'aborder les textes depuis son propre point de vue « partial et partiel »¹⁶, et donc trompeur.

Ainsi, la philosophie est une pratique et un entraînement non seulement quotidiens mais permanents. Elle est éducation et discipline, dans le but de renforcer ou d'atteindre la maîtrise de soi, mais peut aussi être envisager sous l'angle de la thérapeutique, car elle vise à guérir les âmes des hommes.

I. 2. L'expérience philosophique : le sentiment océanique

I. 2. A. Le sentiment océanique : correspondance entre Freud et Romain Rolland

Si l'expérience et la pratique sont le fondement et le cœur de la philosophie, il est une expérience que Pierre Hadot considère comme fondamentale pour lui, et même d'une certaine manière comme sa toute première expérience philosophique. Parler d'expérience philosophique peut sembler étrange, mais cela prend sens dans la perspective de Pierre Hadot. Si la philosophie est dans la vie, elle est quelque chose qui s'éprouve. Il appelle cette expérience, à la suite de Romain Rolland, le « sentiment océanique ». L'expression apparaît sous la plume de Rolland, à la fin des années 1920, à l'occasion de sa correspondance avec Sigmund Freud. Ils

¹⁶ P. Hadot, « Entretien », *Pierre Hadot l'enseignement des antiques, l'enseignement des modernes, Op. Cit.*, p. 29

discutent alors de *L'avenir d'une illusion* qui vient de paraître, et Rolland reproche à l'analyse freudienne de passer à côté d'un point important pour lui :

j'aurais aimé vous voir faire l'analyse du *sentiment religieux* spontané ou, plus exactement, de la *sensation* religieuse, qui est toute différente des *religions* proprement dites, et beaucoup plus durable. J'entends par là : - tout à fait indépendamment de tout dogme, de tout Credo, de toutes organisations d'Eglise, de tout Livre Saint, de toute espérance en une suivie personnelle, etc. - , le fait simple et direct de la *sensation de l' « éternel »* (qui peut très bien n'être pas éternel, mais simplement sans bornes perceptibles et comme « océanique »)¹⁷

Ce que Rolland souligne alors est que, selon lui, le fait religieux, pris dans son sens le plus large possible, au niveau de l'individu, ne se limite pas à l'adhésion à un dogme et à des rites définis qui lui préexistent, mais qu'il existe une « sensation religieuse », quelque chose de l'ordre du ressenti, assimilable au religieux, mais qui déborde les cadres établis par les religions ou leur est extérieur, qui ne s'inscrit pas nécessairement dans ces cadres. Michel Hulin décrit cela ainsi « une religiosité vague dans son contenu représentatif car détachée de toute espèce de dogme »¹⁸. L'idée d'un religieux au contenu indéfini présuppose que la religion n'est pas une construction de toute pièce mais qu'il existe quelque chose d'originellement religieux à partir duquel et sur lequel les religions se sont construites. Cela suppose que quelque chose de religieux préexiste, ou existe en marge des religions, et des pratiques religieuses, indépendamment d'elles.

¹⁷ R. Rolland, Lettre à Freud du 5 décembre 1927 citée par H. Vermorel et M. Vermorel, *Sigmund Freud et Romain Rolland. Correspondance 1923-1936*, Paris, Presses Universitaires de France, 1993, p.304.

¹⁸ M. Hulin, *La Mystique Sauvage, Op. Cit.*, p.35

Hulin explique l'emploi du terme « océanique » par le contexte des recherches de Romain Rolland, qui travaille à cette période sur l'Inde, et, nous dit-il,

c'est pour ainsi dire un lieu commun dans la philosophie védantique que d'identifier le couple conscience personnelle / conscience suprapersonnelle (ou brahman) au couple : vague / océan.¹⁹

Ainsi, cette précision indique non seulement une piste probable quant au contexte ayant favorisé l'emploi d'une telle formule, mais informe aussi sur la nature de ce sentiment que Rolland tente d'exprimer (car il semble en effet que donner une définition de ce sentiment, ou même une description ne soit pas une chose aisée) : un dépassement, un débordement de la conscience de soi vers une conscience plus large. Elle s'étend à quelque chose de plus large que le soi, qui est pourtant son objet propre. De là vient l'idée que le sentiment se rattache à quelque chose de religieux ou de vaguement religieux car il dépasse l'individu pour se situer à un niveau que l'on pourrait dire d'ordre cosmique.

Un autre point important, c'est que ce sentiment est qualifié par Rolland de « spontané ». Il n'est donc pas, tel qu'il le décrit du moins, le fruit d'une recherche ou l'aboutissement d'un travail sur soi. C'est aussi en cela qu'il ne s'inscrit pas dans le cadre strict des religions, où il est ritualisé, et où la communion avec Dieu est recherchée au moyen de ces rites. Le sentiment océanique vient à l'individu et ce n'est pas l'individu qui le recherche, il s'impose à l'esprit, mais aussi peut-être au corps, puisque Rolland l'appelle aussi « sensation ». Il se joue ici une certaine ambiguïté avec l'emploi des deux termes, sensation et sentiment se recoupent sans pour autant être interchangeables et pourtant la distinction n'est pas approfondie

¹⁹ *Ibid.*, p.36.

par l'auteur. Celui-ci parle tout d'abord de « sentiment religieux », puis de « sensation religieuse » pour finir sur le « sentiment océanique »²⁰. Il est possible d'en déduire que ce « sentiment » ou cette « sensation » océanique se situe à l'intersection du corps et de l'esprit, que les deux y sont mis en jeu. Les hésitations de Rolland quant au choix des termes les plus adéquats pour traduire son expérience sont aussi le signe d'une certaine difficulté pour décrire ce sentiment. Il n'est pas quelque chose que l'on peut exprimer clairement simplement. Il est difficile de l'exprimer par des mots et cela révèle donc déjà une dimension importante du sentiment dont il parle, celle de la difficulté qu'il y a justement à en parler. En somme, ce sentiment océanique correspond aux quatre caractéristiques que William James attribue à l'expérience mystique²¹ : il est de nature instable, c'est-à-dire qu'il n'est pas un état durable, et il ne peut pas non plus être convoqué à volonté ; le sujet est passif dans l'expérience, elle s'impose à lui ; il a un caractère intuitif : il semble à celui qui l'éprouve être une forme de connaissance d'un type nouveau mais extrêmement forte, c'est comme si le voile de l'habitude se déchirait brièvement ; et enfin : il est difficile d'en parler.

I. 2. B. L'expérience philosophique de Pierre Hadot

Manifestation du sentiment océanique :

²⁰ « J'ajoute que ce sentiment « océanique » n'a rien à voir avec mes aspirations personnelles. », R. Rolland, Lettre à Freud du 5 décembre 1927 cité par H. Vermorel et M. Vermorel, *Sigmund Freud et Romain Rolland. Op. Cit.*, p.304.

²¹ W. James, *Les formes multiples de l'expérience religieuse*, Chambéry, Exergue, 2001, pp.363-364

Pierre Hadot revendique cette expression de Romain Rolland pour qualifier ce qu'il considère comme sa toute première expérience philosophique, et le lieu de « découvertes bouleversantes »²². A cette période, Hadot est un jeune adolescent, puisqu'il a moins de quinze ans. C'est lors d'un entretien avec son amie Jeannie Carlier qu'il en livre le récit le plus détaillé : « Je m'en rappelle le cadre » dit-il tout d'abord :

Une fois, c'était dans la rue Ruinart, sur le trajet du Petit Séminaire à la maison de mes parents où je rentrais tous les soirs, étant externe. La nuit était venue. Les étoiles brillaient dans un ciel immense. A cette époque, on pouvait encore les voir. Une autre fois, c'était dans une chambre de notre maison.²³

Avant tout, il a besoin de poser le contexte de l'expérience, les conditions dans lesquelles elle a pu être faite, comme une sorte de préambule à sa description, afin peut-être d'en favoriser sa remémoration, mais aussi parce que ce cadre a une certaine importance.

Dans les deux cas, j'ai été envahi par une angoisse à la fois terrifiante et délicate, provoquée par le sentiment de la présence du monde, ou du Tout, et de moi dans ce monde. En fait je n'étais pas capable de formuler mon expérience, mais, après coup, je ressentais qu'elle pouvait correspondre à des questions comme : « Que suis-je ? » « Pourquoi suis-je ici ? » « Qu'est-ce que c'est que ce monde dans lequel je suis ? » J'éprouvais un sentiment d'étrangeté, l'étonnement et l'émerveillement d'être-là. En même temps, j'avais le sentiment d'être immergé dans le monde, d'en faire

²² P. Hadot, *La Philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p.23

²³ *Idem.*

partie, le monde s'étendant depuis le plus petit brin d'herbe
jusqu'aux étoiles. Ce monde m'était présent, intensément présent.²⁴

La première chose frappante dans la description que fait Hadot de cette expérience, c'est tout d'abord qu'il dit avoir été « envahi ». L'expérience qu'il décrit est celle d'un sentiment qui jaillit, qui surgit pour prendre possession de lui. Ce n'est pas quelque chose de recherché ni d'attendu, son apparition est imprévisible. En effet, aucune mention n'est faite d'un signe avant-coureur, indice de l'état à venir. Elle semble quasiment venir de nulle part. Si la raison de l'angoisse ambiguë est le sentiment de la présence au monde, ce sentiment lui ne semble pas avoir de raison particulière d'apparaître. Il est brutalement là, comme une soudaine prise de conscience. Il rejoint ainsi Rolland lorsque celui-ci qualifiait le sentiment océanique de « spontané », sa manifestation est imprévisible.

Contenu du sentiment océanique :

Hadot pose le cadre dans lequel il est apparu, pour raconter ensuite la manière assez soudaine dont semble s'être manifesté ce sentiment. La façon qu'il a de le décrire sous-entend la dimension inattendue de l'expérience, mais présuppose aussi que ce cadre a pu, d'une certaine manière, être un terrain propice à l'émergence du sentiment : la solitude, la nuit, la contemplation des étoiles. On y décèle déjà l'importance d'un certain rapport à la nature, même peut-être à l'immensité du monde, voire à l'infini de l'univers. C'est comme s'il surgissait de la confrontation avec cette réalité soudain présente à l'esprit, comme pour la première fois. Cependant, on peut s'en étonner car ce cadre, qui est le lieu d'une certaine prise de conscience, est aussi un cadre tout à fait habituel pour Pierre Hadot

²⁴ *Idem.*

lorsqu'il fait cette expérience. Dans un cas c'est le chemin fait quotidiennement par l'adolescent pour rentrer de son lieu d'étude, dans l'autre c'est même une pièce de la maison qu'il habite. Il n'y a rien pour lui d'étrange ou d'anormal à être dans ces lieux. Ce sont même ceux de la routine. Rien ne laisse présager le sentiment qui va suivre. C'est dans l'habituel et le connu que fait irruption ce sentiment inconnu, nouveau, et en décalage avec l'ordinaire de par son intensité et son contenu.

Le contenu de cette expérience, Hadot le décrit comme « un sentiment de la présence du monde, ou du Tout, et de moi dans ce monde ». Ce sentiment décrit comme si particulier, et même rare (Pierre Hadot dit ne l'avoir ressenti que deux fois, jeune²⁵, et quelques peu nombreuses fois à l'âge adulte²⁶) semble donc être pourtant fondé sur une évidence : le fait d'exister, de faire partie du monde. C'est là une certitude qui semble aller tellement de soi que le fait même de la mentionner pourrait presque avoir de quoi étonner. N'est-ce pas quelque chose que l'on ressent toujours tout le temps, puisque pouvoir exprimer le fait d'être vivant implique de l'être ? De savoir qu'on l'est, donc de le ressentir ? De la même manière, le fait de faire partie du monde apparaît comme quelque chose d'évident et de permanent pour toute la durée d'une vie. Pourquoi alors Hadot en parle-t-il comme d'une « découverte bouleversante » ? En outre, comme de quelque chose de rare ? Ce que Pierre Hadot suggère pourtant, c'est que bien que l'homme sache qu'il existe, rares sont les fois où il en a une réelle conscience, où il ressent effectivement le fait de son existence. La différence qui se joue ici est celle entre un assentiment notionnel

²⁵ « Je me rappelais alors de l'expérience bouleversante que je dis, deux fois de suite, à l'âge de 12 ou 13 ans ; je me souviens surtout de celle qui se produisit un soir d'hiver en voyant le ciel étoilé » P. Hadot, « Mes exercices spirituels, par Pierre Hadot », *Le Nouvel Observateur*, 10 juillet 2008

²⁶ « Je l'ai éprouvée à nouveau, plusieurs fois, par exemple devant le Lac Majeur à Ascona, ou en voyant la chaîne des Alpes, depuis la rive du Léman à Lausanne ou depuis Salvan, dans le Valais. » P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p.24

donné à l'idée de son appartenance au monde : je sais que je fais partie du monde car tout me pousse à le croire, car c'est le plus logique, sensé, raisonnable, et un assentiment réel²⁷ : le fait de ressentir profondément en soi cette vérité. Il s'agit de ressentir le fait de son appartenance au monde dans son être et non pas simplement d'y adhérer raisonnablement. Le lien au monde apparaît soudainement, certes comme une évidence, mais aussi comme s'il était vraiment présent à la conscience pour la première fois, un peu à la manière dont un passant sur un trajet quotidien peut remarquer pour la première fois un détail architectural après l'avoir eu sous les yeux pendant des années sans s'en rendre compte. Le réel du réel se fait soudainement présent, envahissant, si présent qu'il en devient envahissant.

Le sentiment océanique comme première expérience philosophique :

Le sentiment océanique opère une transformation, il est la cause d'un changement du rapport au monde. Pierre Hadot dira même « J'ai d'ailleurs eu longtemps l'impression de n'avoir été au monde qu'à partir du moment où je suis devenu adolescent »²⁸. Il suggère ainsi qu'il y a bien un avant et un après le sentiment océanique, et qu'une fois l'expérience vécue le monde n'a plus été perçu de la même manière, ou plutôt que sa présence au monde a été modifiée, qu'elle est devenue, dans une certaine mesure, plus réelle. Devenue réelle, car auparavant elle n'était pas pleinement présente à son esprit. Ainsi, sa présence au monde ne compte véritablement qu'à partir du moment où elle est couplée à une conscience de cette présence au monde. Pour exister pleinement, il faut être pleinement conscient

²⁷ Cette distinction entre assentiment notionnel et assentiment réel vient du Cardinal Newman, *An Essay in Aid of a Grammar of Assent*, 1870, explique Pierre Hadot, et il la reprend à son compte pour parler de l'assimilation des enseignements de la philosophie, Pierre Hadot *et al.*, « Qu'est-ce que l'éthique ? », *Cités* 2001/1 (n° 5), P. 133

²⁸ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre*, *Op. Cit.*, p.23

d'exister. Le sentiment océanique est à la fois une ouverture, une prise de conscience, mais est aussi porteur de questionnements. Ces questions qu'Hadot mentionne : « Que suis-je ? » « Pourquoi suis-je ici ? » « Qu'est-ce que c'est que ce monde dans lequel je suis ? » sont en quelque sorte des questionnements philosophiques premiers. Il s'interroge sur lui-même et sur la nature des choses qui l'entourent. De fait, il regarde avec des yeux nouveaux ce qui était jusque-là évident et familier au point d'être épargné de tout questionnement.

Il faut évidemment souligner que, même en mettant le sentiment océanique de côté, l'adolescence est traditionnellement le moment de l'évolution et du changement, de la transition entre l'enfance et l'âge adulte, et qu'elle est de fait une période de questionnements et de prise de conscience. Cependant, cela n'exclut pas la singularité de l'expérience du sentiment océanique, car il a en effet cette particularité d'être une expérience précise, qui s'est produite ponctuellement, et qui est identifiable, puisqu'elle s'est répétée dans la vie d'Hadot.

L'une des caractéristiques communes au témoignage d'Hadot et à d'autres est la joie immense ressentie au moment précis de l'expérience, le bonheur, un sentiment de plénitude intense. Mais cette joie n'est pas seule, est aussi présente une dimension d'angoisse. Le sentiment océanique semble être en équilibre entre joie cette joie et cette angoisse. Si l'angoisse présente n'empêche pas l'expérience d'être réjouissante pour Hadot, cela ne vaut pas pour tous. L'expérience de la *Nausée*, que fait Roquentin dans le roman de Sartre pourrait être envisager comme une sorte d'expérience du sentiment océanique mais sur le versant opposé à celle que fait Hadot, une expérience en négatif. En effet, si Roquentin se retrouve aussi face à la réalité de l'existence, il est pris à la gorge par elle, et son expérience est celle de l'angoisse et du dégoût plutôt que de la joie et de l'étonnement.

La dimension religieuse du sentiment océanique, qui est très importante chez Rolland (il qualifie en premier lieu le sentiment océanique de « sentiment religieux »), est très peu mise en avant par Pierre Hadot, et c'est là une chose surprenante étant donné qu'il fût bercé dans la religion dès son plus jeune âge.

I. 2. C. Sentiment océanique et vie religieuse

De son enfance, Pierre Hadot dit qu'elle a été très « pieuse »²⁹. En effet, sa mère, fervente pratiquante, avait destiné ses trois fils à la prêtrise et il avoue avoir mis longtemps avant d'envisager qu'il puisse en être autrement. C'est ainsi qu'à la suite de ses deux frères, il fait ses études au Petit puis au Grand Séminaire, suivant une route toute tracée pour lui sans même considérer d'autre voie possible. Cependant, cette vie très religieuse ne semble pas lui apporter toute la satisfaction qu'elle devrait lui procurer. Pierre Hadot ne manque pas de dévotion, ni de la volonté de bien faire, mais plutôt que la ferveur, c'est un certain décalage vis-à-vis de la pratique religieuse et de la foi qui ressort du récit qu'il en fait. Il est évidemment très croyant, mais à la façon dont il revient sur cette période, on sent déjà une sorte de distance, illustrée par une anecdote qu'il raconte :

Par exemple, le jour de ma première communion, mon grand-père m'a dit : « c'est le plus beau jour de ta vie », et moi je n'étais pas content du tout qu'il m'ait dit cela, parce que je ne ressentais rien de particulier.³⁰

²⁹ *Ibid.*, p. 22

³⁰ *Idem.*

En ce jour dont on lui dit si heureux et important, il lui manque un sentiment spécial. Evidemment, concevoir ce jour comme « le plus beau » est lié à une dimension symbolique de l'engagement religieux qui peut recéler plus de significations pour une personne adulte qu'un enfant, en attente de quelque chose de plus tangible. Mais cette attente est le signe que d'une certaine manière il ne parvient pas à être comblé par la religion à la mesure de ses espérances, qu'il n'y trouve pas ce qu'il estimerait devoir y trouver. De même, en pèlerinage à Rome, face au débordement de joie de son frère lorsqu'ils voient paraître le pape : « j'étais complètement étonné de cet enthousiasme. Je trouvais que c'était intéressant, mais qu'il n'y avait pas besoin de se mettre dans un état pareil. »³¹ Ce n'est pas un rejet mais plutôt un détachement, un regard déjà posé avec un certain recul. La religion domine et rythme sa vie mais elle est manifestement de l'ordre de la routine, du quotidien, et cela fait un fort contraste avec l'exaltation dont il témoigne à propos de son expérience du sentiment océanique.

Pierre Hadot se dit fasciné très tôt par la mystique, par les récits d'expérience de liaison ressentie comme directe avec Dieu, et aspirant lui-même à cela, son vécu n'est pas à la hauteur de telles attentes. C'est assez naturellement que dans ses recherches philosophiques il se tourne alors vers le thème de la mystique. Il explique en effet à propos de sa thèse sur Marius Victorinus :

Depuis ma jeunesse, j'éprouvais un grand attrait pour la mystique sous toutes ses formes, qui me paraissait devoir m'ouvrir à l'indicible expérience de Dieu. Saint Jean de la Croix, mais aussi

³¹ *Idem.*

Plotin faisaient partie de mes lectures favorites. Je pensais alors unir mon travail universitaire et mon intérêt pour la mystique.³²

Cependant, il est étonnant de constater que si le lien entre attentes religieuses, expérience du sentiment océanique et intérêt pour la mystique peut sembler évident, il ne l'est pourtant pas d'après Hadot. Comme le souligne Michel Hulin, « pour les mystiques religieux, la joie vient couronner une quête amoureuse qui lui confère sa signification. Pour les autres, elle surgit en premier, massive, inexplicable. »³³ Il fait partie de la catégorie de ceux qui n'avaient manifesté « aucune ferveur particulière »³⁴. Lorsqu'Arnold I. Davidson lui demande d'où vient son intérêt pour la mystique, son premier mouvement consiste à rejeter cette explication :

Ce n'est pas venu des expériences de mon adolescence auxquelles j'ai fait allusion. Si, au cours de mon éducation religieuse, j'ai rencontré la mystique chrétienne, je n'ai pas fait la liaison entre ce que j'avais expérimenté et ce que je lisais chez les mystiques chrétiens.³⁵

Ainsi, l'attrait et même le désir de faire une telle expérience et l'expérience effective du sentiment océanique font partie, selon lui, dans son vécu, de deux ordres bien distincts. Pourtant, on ne peut pas ne pas souligner le fait que l'ouvrage phare à propos du sentiment océanique pour Hadot s'intitule *La Mystique Sauvage*. Il l'identifie clairement comme un type d'expérience mystique mais non affilié à une pratique religieuse ni même à une religion particulière. De plus, Romain Rolland lorsqu'il emploie l'expression « sentiment océanique » insiste bien sur la

³² *Ibid.*, p.43

³³ M. Hulin, *La mystique sauvage, Op. Cit.*, p. 198

³⁴ *Idem.*, p. 198

³⁵ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p.125

dimension religieuse de l'expérience, qui est selon lui son caractère principal. Comment expliquer alors cette absence de lien entre les deux pour Pierre Hadot, en tous cas dans les premiers temps ?

Nous ne pouvons ici que faire des suppositions et évidemment pas prétendre parler au nom de Pierre Hadot. Cependant, une explication possible à cette dissociation serait de penser l'aspiration religieuse et le vécu religieux d'une part, et le sentiment océanique, le ressenti personnel et secret d'autre part, font partie pour le jeune Hadot de deux mondes différents, hermétiques l'un à l'autre, qui ne se recoupent pas. Il est important de rappeler que la, ou plutôt les expériences vécues par Hadot et qu'il qualifie de « sentiment océanique » n'ont été identifiées et désignées comme telles qu'*a posteriori*. Il n'avait alors jamais rien lu à propos d'une telle expérience, et ses lectures sur la mystique inscrivent toutes formes d'extase dans un cadre strictement religieux, en rapport avec Dieu. Ce n'est que longtemps après qu'Hadot reconnaît, à la lecture du *Zero et l'infini* de Koestler, le sentiment océanique, et associe à la description que fait Rolland du « sentiment océanique » l'expérience qu'il a vécue dans sa jeunesse.

Chapitre II : Le regard

II. 1. Le sentiment océanique et le regard

II. 1. A. Un regard nouveau porté sur les choses

Après avoir introduit le sujet par le biais de la correspondance entre Freud et Rolland, Michel Hulin se penche plus avant dans l'analyse du sentiment océanique grâce à des témoignages de ce qu'il appelle des « expériences mystiques spontanées ». Il prend soin de souligner la diversité, aussi bien des témoins, que des expériences elles-mêmes, qui, loin de rendre la comparaison ou la communication entre eux impossible, ne fait que rendre encore plus frappante les convergences que l'on y trouve :

Et pourtant cette diversité même contribue, paradoxalement, à créer une impression générale d'unité, plus exactement de convergence : comme si tous ceux qui s'expriment ici, et qui s'ignorent les uns les autres, cherchaient à leur insu à rendre leurs témoignages consonants, à travers et au-delà des multiples conditionnements psychologiques, culturels, linguistiques, etc., dont leur parole porte encore la marque.³⁶

³⁶ M. Hulin, *La Mystique sauvage, Op. Cit.*, p. 45

Le premier point de convergence permettant de regrouper certaines de ces expériences est, selon lui,

la transfiguration soudaine – apparemment inexplicable – d’un environnement plus ou moins morne ou sinistre, tandis que la conscience de soi de celui qui observe, ou plutôt vit, la scène ne paraît pas subir de modifications essentielles.³⁷

L’un de ces témoignages, reproduit par Hulin, illustre d’une façon tout à fait remarquable cette modification de la perception du monde, qui ne requiert pourtant pas de modification du monde lui-même :

D’une manière entièrement inattendue (car je n’avais jamais rêvé d’une telle chose), mes yeux s’ouvrirent et, pour la première fois de ma vie, j’eus un aperçu fugitif de la beauté extatique du réel... Je ne vis aucune chose nouvelle mais je vis toutes les choses habituelles dans une lumière nouvelle et miraculeuse, dans ce qui, je crois, est leur véritable lumière. [...] Une fois au moins, au milieu de la grisaille des jours de ma vie, j’aurai regardé dans le cœur de la réalité, j’aurai été témoin de la vérité.³⁸

Est ici exprimé avec une force frappante l’idée que la réalité est d’ordinaire masquée, inaccessible, mais qu’il est cependant possible de l’entrevoir durant un bref instant, sans qu’il n’y ait pourtant de signe avant-coureur à ce changement ou de cause susceptible de l’expliquer. (On pourrait noter, ce que souligne Hulin, que le témoin de cette expérience est en convalescence, après une opération, que c’est la première fois qu’elle voit le jardin depuis.) Elle rejoint tout à fait cette idée d’une

³⁷ *Ibid.*, p. 46

³⁸ témoignage de Miss Margaret Prescott Montague, extrait de *Twenty Minutes of Reality*, cité par W.T. Stace, *Mysticism and Philosophy*, et reproduit par M. Hulin, *La Mystique sauvage*, Op. Cit., p. 47

expérience qui fait que le regard sur les choses est transformé. Plus que transformé, c'est comme si l'expérience faisait regarder vraiment pour la première fois. Le monde est le même mais il est à la fois radicalement différent, il n'est plus perçu comme avant et ne pourra plus jamais l'être au regard de cette expérience. Ce qui est étonnant, c'est que bien que le monde ne change pas et que ce soit le regard posé sur lui qui change, l'expérience n'est pas vécue ni décrite comme un changement de regard volontaire, mais comme quelque chose qui est apparu, qui a fait irruption, qui est imposé. Alors que le regard est une faculté de l'individu et semblerait donc devoir être maîtrisé par lui, ce changement est vécu comme un événement qui arrive à la personne et non comme une modification résultat de la volonté. Elle est reçue, avec une certaine passivité du sujet qui s'en émerveille, qui en jouit, mais qui n'en est pourtant pas responsable, alors que sa propre vision semble pourtant être de son ressort.

Ce qui se joue dans le sentiment océanique n'apparaît pas seulement comme une modification de la perception et de l'appréhension du monde, mais aussi comme une prise de conscience, comme lorsque l'on prend le temps d'aller visiter un monument de sa ville tellement familier que l'on ne le remarque plus avec une personne qui le voit pour la première, et qu'alors on le regarde avec ses yeux émerveillés. Il est le lieu d'un éveil, même d'une révélation sur la vraie nature des choses. Le regard se pose sur la chose, subitement débarrassé de tout ce que l'habitude a pu mettre entre la chose et soi et qui empêche de la voir pour ce qu'elle est un peu comme lorsque, répétant plusieurs fois à voix haute un mot familier, on en oublie la manière habituelle que l'on a de l'employer, purement utilitaire, comme un outil pour désigner une chose et se faire comprendre, et que l'on se concentre sur sa sonorité et l'on prend conscience de sa bizarrerie, son étrangeté. Ainsi

l'expérience de l'océanique a la dimension d'une initiation, qui serait un éveil soudain au monde. Porter un regard nouveau sur les choses, c'est les regarder pour la première fois, ouvrir les yeux, sou encore, se réveiller. Son contenu n'est pas exclusivement émotionnel mais aussi une dimension de connaissance, comme s'il amenait une connaissance non seulement nouvelle, mais aussi d'un ordre supérieur, et d'ordinaire inaccessible, quant au monde, et à sa nature.

Le témoignage de Richard Maurice Bucke, cité par Hulin rend très bien compte de cet effet de révélation sur la nature des choses, étroitement lié à la vision : « En autres choses, je fus amené non pas seulement à croire mais à voir que l'univers, loin d'être fait de matière inerte, est, au contraire, une Présence vivante. »³⁹ Ici, le contenu révélé décrit par Bucke est bien plus précis que dans d'autres récits, en particulier celui de Hadot, il dit :

Je pris conscience de la vie éternelle en moi-même. Ce n'était pas la conviction que je la posséderai un jour, mais plutôt que je la possédais déjà. Je vis que tous les hommes sont immortels, que l'ordre cosmique est ainsi agencé que toutes choses conspirent au bien de chacun et de tous. Je vis que le principe fondateur du monde, de tous les mondes, est ce que nous appelons l'amour et que le bonheur de tous et de chacun est, à longue échéance, absolument certain.⁴⁰

En effet, bien que l'on puisse observer une communauté de thème dans l'idée d'un ordre cosmique, de la Présence, qui semble similaire avec la présence des choses de Pierre Hadot et l'idée d'un grand Tout, le contenu de la révélation de

³⁹ M. Hulin, *La Mystique sauvage, Op. Cit.*, p.55, témoignage emprunté à W. James, *The Varieties of Religious Experience*, p.306-307

⁴⁰ M. Hulin, *La Mystique sauvage, Op. Cit.*, p.55

Bucke (l'idée d'une immortalité, que les choses sont non seulement liées mais le sont par l'amour, que le bonheur est garanti) est poussée plus loin. Le contenu du sentiment océanique de Pierre Hadot semble dans la même lignée mais un peu plus vague. Cependant, cette idée de l'immortalité de tous, d'un bonheur commun général et individuel promis à tous, d'un ordre dépassant chacun qui serait somme toute parfait semble effectivement rejoindre des thèmes centraux des grandes religions révélées. On comprend ainsi plus précisément ce que Hulin entendait à propos de Rolland en parlant de « religiosité vague dans son contenu représentatif »⁴¹, description que l'on pourrait étendre aux expériences de sentiment océanique précédemment citées. Ce qui rejoint la religiosité est l'affirmation de l'existence d'une réalité d'un autre ordre, qui n'est pas perceptible ordinairement, d'un monde qui n'est pas désordre, chaos et hasard, mais qui est ordonné, rationnel, et un. Néanmoins, à l'inverse des grandes religions, on n'est pas dans le domaine de la foi en quelque chose que l'on ne peut ni voir ni prouver, le contenu induit par l'expérience est bien vécu comme une connaissance, une vérité mise sous les yeux de celui qui y a accédé. Bucke parle d'une « vision ». Le monde apparaît soudain comme révélé, il est le même mais il n'avait jusque-là pas été vu pour ce qu'il est vraiment. Son récit fait transparaître l'idée d'une vision qui transperce les apparences, les habitudes, et rejoint par ses « découvertes » les témoignages mystiques plus classiques, c'est-à-dire propres à une religion particulière. A l'inverse, si l'expérience de Pierre Hadot a effectivement la dimension d'un éveil, on ne retrouve pas celle d'un questionnement avec un contenu propre, avec une connaissance certaine. Elle est plutôt un éveil à des questionnements sur le monde :

⁴¹ *Ibid.*, p.35

après coup, je ressentais qu'elle [l'expérience du sentiment océanique] pouvait correspondre à des questions comme : « Que suis-je ? » « Pourquoi suis-je ici ? » « Qu'est-ce que ce monde dans lequel je suis ? »

Cependant Hadot en parle tout de même en terme de « découverte », « découverte de quelque chose d'émouvant et de fascinant »⁴². Il semble ici que l'on soit plutôt dans l'ordre de la découverte de ce qu'il est possible de ressentir que dans la découverte de la Vérité ultime. Découverte qu'il est possible en contemplant le monde d'être profondément ému et ébranlé par lui, découverte de l'intensité avec laquelle il est possible de ressentir sa propre existence et celle du monde. Découverte qu'il y a quelque chose d'étonnant dans le fait d'exister, qu'il PEUT y avoir, que l'on peut y trouver quelque chose d'étonnant, découverte de soudain remettre en perspective ce qui était acquis « je m'étonnais d'être moi, d'être là »⁴³

II. 1. B. Une expérience venue de la contemplation ?

Un lien étroit existe donc entre l'expérience du sentiment océanique et le regard, et ce de deux manières : parce que l'expérience du sentiment océanique implique généralement le fait de sentir son regard changer à propos du monde, de voir le monde transfiguré car on ne pose plus sur lui le même regard, mais aussi parce que l'expérience de voir le monde se transformer sous ses yeux, ou de sentir son regard changer sur ce monde implique d'être en train de le contempler. Il faut avoir le monde sous les yeux pour le voir changer. Ainsi, la toute première

⁴² P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre*, *Op. Cit.*, p. 24

⁴³ P. Hadot, « Mes exercices spirituels, par Pierre Hadot » *Le Nouvel Obs*, 10 juillet 2010

expérience du sentiment océanique que vit Pierre Hadot s'enracine dans la contemplation des étoiles. Bouleversé par cette expérience, il semble avoir voulu essayer de s'y replonger en contemplant ce qu'il appelait pour lui-même « les soirs du monde »⁴⁴, en recréant en quelques sortes les conditions de l'expérience en trouvant une position lui permettant de se plonger intensément dans la contemplation du ciel, et, peut-être, de se replonger dans les conditions océaniques. Les expériences ultérieures évoquées par Hadot, ressenties, pour celles-ci, à l'âge adulte, semblent aussi puiser leur source dans la contemplation : « devant le Lac Majeur à Ascona, ou en voyant la chaîne des Alpes, depuis la rive du Léman à Lausanne ou depuis Salvan, dans le Valais. »⁴⁵. C'est face à des paysages grandioses que le sentiment océanique éprouvé pour la première fois à l'adolescence a refait surface. Dans des instants de contemplation, dans le sentiment d'être face à la nature, face au monde, et même face à sa grandeur : immensité du ciel étoilé, majestueuse chaîne des Alpes. Le sentiment océanique provient-il de la confrontation de l'homme avec la nature ? Du fait d'être ramené à sa petitesse, voire à son insignifiance dans le vaste monde ? Chacun peut se sentir pris de vertige à l'idée que l'espace est infini, ou que la durée de sa vie n'est qu'un grain de sable comparé à l'âge de l'univers.

Pour Pierre Hadot, la Cinquième Promenade de Rousseau *Rêveries du promeneur solitaire*, pourrait bien aussi évoquer des expériences du sentiment océanique⁴⁶. Le cadre ici est aussi celui de l'isolement dans la nature, l'homme se retrouve face à la nature avec pour seule occupation la contemplation et ses pensées.

⁴⁴ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 24

⁴⁵ *Idem.*

⁴⁶ « Cette expérience n'a rien d'exceptionnel. Les écrivains les plus divers y font allusion, par exemple [...] peut-être Rousseau dans Les *Rêveries du promeneur solitaire* (5^e Promenade) » P. Hadot, *Ibid.*, p. 28

En effet, dans cette Cinquième Promenade, Rousseau, qui s'est isolé du monde sur une île du lac de Bièvre, décrit comment il étudie et admire la nature, mais aussi cette habitude qu'il a de s'allonger sur le dos dans son embarcation pour se laisser dériver en se plongeant dans le ciel, se laisser dériver au fil de l'eau mais aussi au fil de ses pensées.

De quoi jouit-on dans une pareille situation ? De rien d'extérieur à soi, de rien sinon de soi-même et de sa propre existence, tant que cet état dure on se suffit à soi-même comme Dieu. Le sentiment de l'existence dépouillé de toute autre affection est par lui-même un sentiment précieux de contentement et de paix, qui suffirait seul pour rendre cette existence chère et douce à qui saurait écarter de soi toutes les impressions sensuelles et terrestres qui viennent sans cesse nous en distraire et en troubler ici-bas la douceur.⁴⁷

C'est très probablement en grande partie cette mention de la jouissance du pur sentiment d'exister qui fait qu'Hadot soupçonne ce passage d'être une description de sentiment océanique. De plus, de « rien d'extérieur à soi » n'est pas sans rappeler la doctrine stoïcienne qui veut que le bonheur ne repose en rien d'autre qu'en soi-même, que l'homme apprenne à jouir et se réjouir pleinement et exclusivement de ce qui dépend de lui, et ce dans l'instant présent. De même, la Septième Promenade évoque aussi sensiblement ces thèmes :

Plus un contemplateur a l'âme sensible plus il se livre aux extases qu'excite en lui cet accord. Une rêverie douce et profonde s'empare alors de ses sens, et il se perd avec une délicieuse ivresse dans l'immensité de ce beau système avec lequel il se sent identifié. Alors

⁴⁷ *Les rêveries du promeneur solitaire*, Rousseau, Garnier, Paris 1997, p. 71

tous les objets particuliers lui échappent ; il ne voit et ne sent rien que dans le tout.⁴⁸

Hadot semble en effet avoir vu juste en identifiant ici le sentiment océanique : l'extase de l'accord avec la nature, l'identification avec le système dans son immensité, le fait de ressentir le tout. Ce sentiment est effectivement étroitement lié à la nature chez Rousseau, c'est non seulement face à elle mais aussi perdu en son sein qu'il émerge, dans la solitude, l'oisiveté, et la contemplation. Il se plonge dans l'immensité du ciel, comme Hadot enfant à sa fenêtre dans le ciel étoilé. « Je sens des extases, des ravissements inexprimables à me fondre pour ainsi dire dans le système des êtres, à m'identifier avec la nature entière »⁴⁹ écrit-il plus loin, reprenant le terme d'extase qui évoque sans doute possible l'extase des mystiques, en particuliers des mystiques chrétiens.

« Rien n'a changé et pourtant tout existe d'une autre façon »⁵⁰ écrit Roquentin, le personnage de Sartre, dans son journal, une phrase qui avec une apparente simplicité rend cette impression caractéristique du sentiment océanique qu'est celle de la transfiguration du monde, jusque-là, ordinaire. Si l'expérience décrite dans *La Nausée* diffère de celle d'Hadot dans la manière de laquelle elle est vécue en étant focalisée sur l'angoisse, elle représente pourtant une expérience du sentiment océanique car implique un profond sentiment de l'existence de soi et du monde : « comme les choses existent fort aujourd'hui »⁵¹, « l'existence me pénètre de partout, par les yeux, par le nez, par la bouche... »⁵² ainsi que le caractère d'éveil, de dévoilement, de révélation soudaine « Et tout d'un coup, d'un seul coup,

⁴⁸ *Ibid.* p. 90

⁴⁹ *Ibid.*, 94

⁵⁰ J-P. Sartre, *La nausée*, in *Œuvres romanesques*, Paris, Gallimard, 1981, p. 66

⁵¹ *Ibid.*, p. 120

⁵² *Ibid.*, p. 149-150

le voile se déchire, j'ai compris, j'ai vu. »⁵³ Or ce sentiment surgit aussi dans une expérience de contemplation du monde, de la nature : c'est en observant les racines de l'arbre que le sentiment s'intensifie et atteint son apogée, que l'existence du monde vient frapper le personnage de toute la force de son réel.

Cette proximité voire implication entre contemplation de la nature et sentiment océanique semblerait être confirmée par un passage du livre de Pierre Hadot consacré à Goethe et aux exercices spirituels qui traite des « Sommets de montagne et expérience cosmique »⁵⁴. Ce n'est pas le face à face avec la montagne mais le fait d'en atteindre la cime et de contempler le monde depuis ce point élevé qui est déclencheur d'une certaine expérience, une « expérience cosmique »⁵⁵.

Par exemple, quand, au troisième chapitre, Wilhelm rencontre son ami Jarno, encore une fois sur un sommet abrupt, il est pris de vertige. Alors Jarno fait cette remarque : « Rien n'est plus naturel que d'être saisi de vertige à l'aspect d'un immense paysage qui se découvre brusquement devant vous et vous fait éprouver votre petitesse et votre grandeur. » Prise de conscience de la petitesse et de la grandeur de l'homme c'était précisément pour Kant, l'effet que produit le sublime car l'infini nous écrase, mais la pensée de l'infini nous élève, en sorte que le sentiment du sublime est à la fois peine, peur et plaisir.⁵⁶

Mais chez Rousseau et Sartre, cette contemplation de la nature est plutôt le fait d'une attention particulière à ses détails qu'un face à face avec sa grandeur. Le sentiment de sa propre existence et de celle des choses ne semble alors pas venir

⁵³ *Ibid.*, p. 149-150

⁵⁴ P. Hadot, *N'oublie pas de vivre. Goethe et la tradition des exercices spirituels*, Paris, Albin Michel, 2008, p. 122

⁵⁵ *Ibid.*, p. 123

⁵⁶ *Ibid.*, pp. 123-124

nécessairement de la confrontation avec le grandiose de cette nature mais peut aussi surgir à l'occasion d'une concentration particulière sur des éléments singuliers, même familiers, voire, au-delà du regard, de l'isolement et l'immersion dans la nature. Cependant, si dans l'expérience d'Hadot, le sentiment océanique prend racine dans une contemplation du monde, il prend pourtant soin, lors de ses entretiens, de dissocier le sentiment océanique du simple émerveillement face à la nature⁵⁷. Cette distinction énigmatique, voire contraire à ce que peuvent suggérer les différents cadres de ces expériences du sentiment océanique, n'est que très peu développée par Hadot. Elle est cependant bien loin d'être évidente. Sentiment océanique et émerveillement face à la nature semblent intimement liés, mais, ayant éprouvé les deux, Pierre Hadot tient à ce qu'ils ne soient pas confondus. Lorsque Jeannie Carlier lui demande si « sentiment cosmique » ne serait pas une manière plus « générale » de qualifier le sentiment océanique, Pierre Hadot répond qu'il tient à l'expression sentiment océanique⁵⁸. Comment expliquer cette distinction ? Le sentiment océanique ne découlerait pas nécessairement de la contemplation. Il est possible de contempler la nature et s'en émerveiller tout en s'y sentant étranger. L'homme face à la nature est dans un rapport de confrontation, dans son individualité mise face à l'immensité de la nature, la nature est une, l'homme face à elle est un, et ils sont deux, le second contemple la première. Il est individu face à elle. Lorsqu'il s'émerveille de cette nature, il s'émerveille de ce qu'il a sous les yeux, de cet objet différent de lui, auquel il est extérieur, auquel il a une distance. S'émerveiller face à la nature c'est s'émerveiller face à un objet qui n'est pas soi, s'émerveiller de cette chose qui existe devant, en dehors de soi, c'est ne pas se

⁵⁷ « je distinguerai cette expérience de celle de l'émerveillement devant la nature, que j'ai éprouvée aussi » P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 26

⁵⁸ *Ibid.*, pp. 26-27

comprendre dans cette nature. Si je m'émerveille en contemplant les montagnes, je m'émerveille de ce qu'elles sont, je m'émerveille qu'elles soient si belles, qu'elles soient si grandes face à moi, que je sois si petit face à elle. Mais je reste face à et non en. Si le sentiment cosmique qu'il décrit est en quelque sorte sentiment du sublime, il en va différemment pour le sentiment océanique qui n'est pas, ou du moins pas simplement, l'épreuve vertigineuse de soi face à quelque chose d'infiniment plus grand.

Ce qui est capital, c'est l'impression d'immersion, de dilatation du moi dans un Autre auquel le moi n'est pas étranger, puisqu'il en est une partie.⁵⁹

Cette immersion fait défaut à l'émerveillement où la nature demeure autre. « Je sens des extases, des ravissements inexprimables à me fondre pour ainsi dire dans le système des êtres, à m'identifier avec la nature entière. »⁶⁰ écrit Rousseau dans la septième promenade, permettant ainsi de comprendre que le sentiment océanique est bien le sentiment de cette immersion et non simplement l'expression ou l'extension de l'admiration, de l'émerveillement.

La contemplation du monde physique, l'imagination de l'infini, élément capital de la physique épicurienne, provoquent un changement total de la manière de voir les choses (l'univers clos se dilate à l'infini) et un plaisir spirituel de qualité unique : « Les murailles du monde s'ouvrent et s'écroulent, je vois dans le vide de l'univers les choses se produire... Alors à ce spectacle une sorte de plaisir divin s'empare de moi et un frisson de ce que par ton pouvoir

⁵⁹ P. Hadot, *La philosophie manière de vivre, Op. Cit.*, p. 27

⁶⁰ J-J Rousseau, *Les Reveries du promeneur solitaire*, p. 94

(c'est-à-dire celui d'Epicure) la nature, se découvrant avec tant d'évidences, est ainsi de toutes parts soustraite à ses voiles.⁶¹

II. 2. La philosophie comme changement de regard

II. 2. A. L'exercice du « regard d'en haut »

Le thème du regard est très présent dans la philosophie antique. En effet, plusieurs écoles philosophiques, en particulier l'école épicurienne et l'école stoïcienne, impliquaient dans leur pratique des exercices spirituels une certaine catégorie d'exercices désignés par Pierre Hadot comme exercices du « regard d'en haut ». C'est un exercice qui appartient au domaine de la physique, c'est-à-dire qui consiste à déjouer les représentations que l'homme s'est formé quant au monde pour voir les choses telles qu'elles sont, dans leur pleine neutralité. Il s'agit de désapprendre ses préjugés quant à ce que l'on considère comme important, désirable, grave ou effrayant.

Pour les philosophes antiques, le regard d'en haut est un exercice de l'imagination par lequel on se représente les choses d'un point élevé que l'on a atteint en s'élevant de terre, le plus souvent grâce à un vol de l'esprit dans le cosmos.⁶²

C'est en essayant d'adopter un point de vue différent, de sortir en esprit de son propre corps pour ne plus considérer le monde depuis son propre point de vue

⁶¹ P. Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique*, Op. Cit., p. 36

⁶² P. Hadot, *N'oublie pas de vivre*, Op. Cit., p. 99

que l'être humain, être social, biaisé et limité, peut observer les choses depuis un point plus élevé et ainsi plus universel. C'est « un « survol » imaginaire, qui fait regarder les choses humaines comme de peu d'importance »⁶³ que Pierre Hadot illustre avec les Pensées de Marc Aurèle :

Suppose que tu sois tout à coup dans les hauteurs et que tu contemples de là-haut les choses humaines et leur diversité, comme tu les mépriserais lorsque tu verrais du même coup d'œil l'immense espace peuplé des êtres de l'air et de l'éther.⁶⁴

Voir les choses, ou imaginer les voir, depuis « là-haut » permet de les remettre à leur juste place, de les considérer pour ce qu'elles sont en réalité, et non pour ce qu'elles sont pour nous. Se placer dans cette perspective nouvelle aide au détachement face aux événements et aux choses sur lesquelles on n'a pas de prise. Ainsi, dans cet exercice, nous dit Pierre Hadot, « on peut observer que le mouvement imaginaire d'élévation vers les hauteurs est inspiré par le désir de se plonger dans la totalité et même dans l'au-delà de la totalité, de l'infini. »⁶⁵

On pourrait dire que ce regard d'en haut, chez les platoniciens, les épicuriens et les stoïciens, est une sorte de pratique, d'exercice à la physique, dans la mesure où, à l'aide des connaissances physiques, l'individu se situe lui-même comme partie du Tout du monde ou de l'infini des mondes.⁶⁶

« Plonger dans la totalité », faire « partie du Tout du monde », le vocabulaire employé par Hadot pour expliquer cet exercice semble faire

⁶³ P. Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique*, Op. Cit., p. 55-56

⁶⁴ Marc Aurèle, *Pensées*, XII, 24, 3

⁶⁵ P. Hadot, *N'oublie pas de vivre*, Op. Cit., p. 99

⁶⁶ *Ibid.*, p. 104

singulièrement écho aux descriptions du sentiment océanique. Se pourrait-il que l'exercice du regard d'en haut soit un exercice pour atteindre cette expérience ?

Pourtant, lorsqu'Hadot insiste sur son attachement à l'expression « sentiment océanique » et le distingue de « l'émerveillement devant la nature », il précise aussi à propos de la première expérience :

Je ne suis pas sûr que les Grecs l'aient connu. Vous avez raison de dire qu'ils ont eu, et au plus haut point, le sentiment de la nature, mais ils ne parlent que très rarement d'immersion dans le Tout. Il y a bien ce bout de phrase dans Sénèque : *toti se inserens mundo*, « se plongeant dans la totalité du monde », à propos de l'âme parfaite, dont on ne peut d'ailleurs affirmer qu'il corresponde à l'expérience dont nous parlons. Peut-être y a-t-il aussi une allusion à cette expérience lorsque Lucrèce (III, 29) parle du frisson et de la volupté divine qui le saisissent en pensant aux espaces infinis. L'absence de témoignages littéraires ne signifie pas l'absence de l'expérience, mais nous sommes réduits à l'ignorer.⁶⁷

Or, malgré cette distinction posée clairement, certaines explications d'Hadot quant aux exercices spirituels de la philosophie antique maintiennent néanmoins l'impression d'une proximité troublante avec le sentiment océanique. L'un des objectifs du stoïcisme est la « mise en accord de la raison qui est en nous avec la Raison qui dirige le cosmos »⁶⁸. Cette mise en accord exige donc d'avoir conscience de n'être qu'une petite partie du Tout, avec lequel il faut s'accorder. Or, à ce sujet, Pierre Hadot écrit plus loin :

⁶⁷ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre*, *Op. Cit.*, p. 28 ; Sénèque, *Lettres à Lucilius*, 66, 6

⁶⁸ P. Hadot, *N'oublie pas de vivre*, *Op. Cit.*, p. 57

Il faut donc à chaque instant se replacer dans la perspective de la Raison universelle, en sorte qu'à chaque instant la conscience devienne conscience cosmique. Ainsi à chaque instant, si l'homme vit en accord avec la Raison universelle, sa conscience se dilate dans l'infinité du cosmos, le cosmos tout entier lui est présent. Cela est possible, parce que, pour les stoïciens, il y a un mélange total, une implication réciproque de toutes choses en toutes choses. Chrysippe parlait de la goutte de vin qui se mélange à la mer et s'étend au monde entier.⁶⁹

Ce qui frappe dans ce passage, c'est qu'alors que Pierre Hadot refuse aux philosophes antiques l'expérience du sentiment océanique, ou du moins dit qu'il n'y a pas de preuve pour en affirmer l'existence, il emploie pourtant le vocabulaire qui lui est associé : la dilatation de la conscience, la présence du monde à l'individu, et même la comparaison avec le mélange de la goutte dans la mer, comparaison qui rappelle singulièrement « l'impression d'être une vague dans un océan sans limites »⁷⁰. Il va même plus loin en affirmant que l'on « pourrait parler d'une dimension mystique du stoïcisme », comparant le « oui à l'univers » avec le fait que « certains mystiques chrétiens ont décrit, eux aussi, leur état comme celui d'un consentement continué au vouloir de Dieu. »⁷¹ Et d'ajouter :

il s'agit là d'un sentiment profond de participation, d'identification, d'appartenance à un Tout qui déborde les limites de l'individu, un sentiment d'intimité avec l'univers. Le sage, pour Sénèque, se plonge dans le cosmos tout entier (*toti se inserens mundo*). Le sage

⁶⁹ *Idem.*

⁷⁰ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 27

⁷¹ P. Hadot, *N'oublie pas de vivre, Op. Cit.*, p. 58

vit dans la conscience du monde. Le monde lui est toujours présent.⁷²

C'est la même citation de Sénèque qui est présente, et qui semble ainsi être l'un des éléments pouvant le plus semer le trouble quant à cette distinction claire entre sentiment océanique et philosophie antique. De plus, étant donné qu'Hadot fait référence à une dimension mystique sur ce point précis du stoïcisme, il est difficile de ne pas lire dans ce passage une description du sentiment océanique. Cependant, cela se place alors en totale contradiction avec l'affirmation d'Hadot selon laquelle il ne voit rien dans la philosophie antique qui permette d'attribuer le sentiment océanique aux grecs.

Comment expliquer cette contradiction ? A-t-il simplement changé d'avis ? Il serait tentant de la résoudre exactement de la manière même dont Pierre Hadot a résolu le problème des « apparentes incohérences » de la philosophie antique, lorsqu'il s'est posé à lui. C'est-à-dire de postuler que ce qui ressemble à une contradiction dans le discours ne repose que sur le fait que les textes qui semblent rapprocher d'une façon implicite les Grecs de l'expérience du sentiment océanique et ceux qui les dissocient explicitement ne sont pas écrits ou dits dans la même perspective, dans l'idée de faire saisir la même chose. Ce que Pierre Hadot décrit des stoïciens n'est pas une expérience du sentiment océanique en soi, mais plutôt un état de cohérence, de coïncidence très élevée avec le tout, un état que l'on cherche à connaître durablement et non sentiment passager. Il est recherché, provoqué, afin de l'ancrer en soi, et pour cela on s'est entraîné. En cela repose une différence majeure, il n'a rien de spontané. Peut-être qu'aux prises avec sa propre

⁷² *Idem.*

expérience du sentiment océanique, c'est ce registre-là qui s'est imposé pour le décrire car c'est à travers ce prisme qu'Hadot comprend ce sentiment ?

L'impression de proximité avec le sentiment océanique qui réside dans ces descriptions provient avant tout du vocabulaire employé par Hadot, qui, lu dans la perspective du sentiment océanique, conviendrait parfaitement pour le décrire aussi. Cependant, à aucun moment celui-ci n'établit un parallèle explicite, au contraire, l'expression qu'il emploie est celle de sentiment « cosmique », préalablement distinguée par lui du sentiment océanique. Les images qu'il emploie pour décrire l'exercice sont proches, voire similaires, à celles employées pour décrire l'océanique. Cependant, s'agissant du regard d'en haut, il convient de ne pas oublier qu'il s'agit bel et bien d'un exercice, qui s'oppose alors à l'océanique en ce qu'il n'est pas une expérience spontanée mais une démarche volontaire et consciente pour parvenir à un résultat : visualiser sa place dans le Tout, pour être en accord avec le cosmos, et se distancier des choses insignifiantes ou indifférentes pour atteindre la sérénité, la joie. Si les sensations que doit procurer l'exercice afin d'atteindre son but peuvent sembler proches de celles du sentiment océanique, on est loin du jaillissement spontané et inexplicable.

Au-delà de la recherche d'une résolution de ce qui pouvait apparaître comme une contradiction, ou une incohérence, celle-ci peut en fait servir à mettre en lumière une difficulté relative au sentiment océanique : la difficulté qu'il y a à le cerner, le délimiter, à tracer une ligne de frontière nette entre ce qui peut être désigné comme tel et ce qui ne le peut pas. Evidemment, des points communs entre les témoignages et différents signes qui reviennent fréquemment permettent de poser des balises : sentiment spontané, dimension d'éveil, voir le monde pour la première fois, union avec le Tout, etc. Mais le fait même qu'il soit une « mystique

sauvage » signifie qu'il n'est pas codifié ni régi selon des règles strictes qui définiraient à coup sûr ce qui en relève ou non. Ses frontières sont fluctuantes. A partir de quelle intensité de sentiment peut-on parler de sentiment océanique ? Comment comparer cette intensité entre différents sujets qui ne l'évaluent probablement pas à la même échelle, de la même manière ? Ainsi cela nous fait insister sur une difficulté, le sentiment océanique est un phénomène extrêmement difficile, voire impossible, à délimiter avec précision. Il est une expérience personnelle non partageable, et il est difficile de décréter à propos d'une expérience à laquelle on est extérieur si elle en relève ou non. S'il y a une différence fondamentale entre l'exercice du regard d'en haut et le sentiment océanique, qui réside dans le fait que l'un est volontaire et maîtrisé ou en vue d'une maîtrise, et l'autre imprévisible, et involontaire, il existe cependant une nette proximité entre les deux qui n'est pas seulement due au champ lexical employé pour les définir. Ou plutôt, devrait-on dire, la proximité du champ lexical employé pour les définir révèle une proximité de nature entre les deux.

II. 2. B. La philosophie comme « résolution une fois prise de regarder naïvement en soi et autour de soi »

La philosophie n'est pas construction de système mais la résolution
une fois prise de regarder naïvement en soi et autour de soi.⁷³

⁷³ Lettre du 26 août 1907, in H. Bergson, *Mélanges*, Paris, Presses Universitaires de France, 1972

Cette citation de Bergson, qui fut le sujet de l'épreuve de philosophie lorsque Pierre Hadot passa le baccalauréat en 1939, est devenue en quelque sorte sa phrase fétiche tant elle revient fréquemment aussi bien dans son travail que lors d'entretiens⁷⁴. Loin de cacher l'influence qu'elle a eu sur lui, il le souligne lui-même, non sans humour :

J'ai très souvent, peut-être trop souvent, raconté l'enthousiasme que j'ai éprouvé en traitant ce sujet. Mais cela témoigne du fait que cela a été pour moi un événement considérable.⁷⁵

Si la formule occupe une place privilégiée pour Hadot, c'est qu'elle dit quelque chose d'essentiel du lien qu'il entretient avec la philosophie en général, et avec la pensée d'Henri Bergson en particulier. En effet, il dit à propos de cette assertion lors d'un entretien pour *Le Nouvel Observateur* en 2008 : « Définition de la philosophie et du philosophe, à mes yeux, toujours valable ! »⁷⁶ Ce que cette phrase recèle, c'est que la philosophie est tout d'abord un changement de regard sur le monde.

On a vu que le SO implique de changer de regard sur le monde, d'en avoir une vision nouvelle et neuve. Or, c'est aussi à une vision nouvelle et neuve que semble appeler la définition de la philosophie de Bergson, si chère à Hadot :

C'est que la philosophie n'est pas avant tout une activité théorique et abstraite, mais un nouveau mode de perception, que Bergson qualifie de « naïf », au sens où l'artiste regarde sans a priori la nature,

⁷⁴ P. Hadot, « Entretien », *Pierre Hadot, l'enseignement des antiques, l'enseignement des modernes, Op. Cit.*, p.25 ; *Exercices spirituels et philosophie antique, Op. Cit.*, p15 ; *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 29 ; Pierre Hadot et al., « Qu'est-ce que l'éthique ? », Cités 2001/1 (n° 5), p. 135

⁷⁵ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 29

⁷⁶ P. Hadot, « Mes exercices spirituels par Pierre Hadot », *Le Nouvel Observateur*, 10 juillet 2008

en se libérant des habitudes et des intérêts égoïstes qui nous empêchent de voir la réalité telle qu'elle est.⁷⁷

L'exercice spirituel du regard d'en haut se situe dans l'ordre de la perception directe et non d'un savoir théorique, il renvoie à cette idée présente chez Bergson qu'il faut dépasser une certaine perception utilitaire du monde, pour une perception désintéressée. Il s'agit d'un exercice de transformation de la perception du monde qui mène à une transformation de soi. Si l'exercice du regard d'en haut est très spécifique et précis, la philosophie n'est rien d'autre pour Hadot que cet effort plus général de transformation du regard menant à la transformation de soi.

En quoi le regard doit-il changer ? L'exigence de Bergson est qu'il soit « naïf ». Le terme de naïveté renvoie couramment à l'enfance, employé péjorativement, à un manque de connaissance et d'expérience qu'on lui associe, et en cela ramener la philosophie à la naïveté peut sembler contre-intuitif. Cependant cet éloge du regard naïf et description de la philosophie comme telle enjoint à réévaluer ce que l'on entend/met traditionnellement dans la naïveté. « Il arrive que la vérité philosophique soit semblable à la découverte d'un enfant. » écrit Louis Lavelle, dans un ouvrage préfacé par Hadot,

Mais l'adulte décourage en nous l'enfant, comme s'il avait lui-même perdu le contact de l'existence première et qu'il éprouvât une sorte de honte à le retrouver. Et pourtant, ce contact il faut que le philosophe à chaque instant le ressuscite : il faut qu'il redevienne lui-même comme un enfant à qui le réel se révèle toujours comme s'il ne l'avait encore jamais vu, dans une expérience qu'il garde encore toute fraîche et qu'aucune habitude n'a réussi à ternir.⁷⁸

⁷⁷ P. Hadot, « Hadot, le mystique sauvage », *Libération*, 8 avril 2004

⁷⁸ L. Lavelle, *L'existence et la Valeur, Op. Cit.*, pp. 133-134

Ici s'exprime une revalorisation de la figure de l'enfant, ou plutôt du regard de l'enfant, du regard débarrassé, ou pas encore obstrué par l'habitude et l'expérience. Dans les yeux de l'enfant, tout est nouveau, neuf, objet d'interrogation. L'enfant est celui qui découvre le monde, qui le voit pour la première fois. Ainsi c'est un effort presque stoïcien qui est requis pour philosopher, effort pour débarrasser son regard des représentations habituellement associées aux choses qui nous entourent. Cet effort n'a pas pour but d'intégrer que certaines choses dépendent de nous tandis que la plupart doivent nous être indifférentes, mais de retrouver une vision neuve et simple, une vision emprunte aussi de joie, d'enthousiasme et d'émerveillement. Cette communauté entre la recherche du changement de regard, et le changement de regard qui s'impose nous éclaire quant à l'idée de l'expérience philosophique. Si Hadot qualifie, a posteriori, le sentiment océanique de première expérience philosophique, c'est qu'il a été l'expérience de ce regard qui change, qui se transforme, qui fait apparaître le monde dans une simplicité nouvelle et désarmante, qui fait se questionner à nouveau sur les choses habituelles, qui révèle l'étrangeté de ce qui nous entoure et qui nous est acquis. La philosophie consiste, selon une formule de Merleau-Ponty reprise par Hadot, à « rapprendre à voir le monde »⁷⁹. Le sentiment océanique constitue pour Hadot une expérience de la philosophie avant même qu'il ait entrepris une démarche philosophique. L'éloge de la naïveté est éloge de la simplicité, cette « simplicité du regard »⁸⁰, pour reprendre l'expression d'Hadot. Ce même thème de « voir le monde pour la première fois » est, comme nous l'avons vu, extrêmement présent dans le sentiment océanique. Hadot dira, en employant des formules de Bergson :

⁷⁹ M. Merleau-Ponty, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard, 1945, p. XVI, cité par P. Hadot dans *Exercices spirituels et philosophie antique*, *Op. Cit.*, p. 347

⁸⁰ P. Hadot, *Plotin ou la simplicité du regard*, Paris, Plon, 1963

Savoir regarder le monde sensible, c'est « prolonger la vision de l'œil par une vision de l'esprit », c'est « par un puissant effort de vision mentale, percer l'enveloppe matérielle des choses et aller lire la formule, invisible à l'œil, que déroule leur matérialité »⁸¹

Cependant, parler de « résolution une fois prise » éloigne du sentiment océanique en ce qu'il indique la volonté, le choix, de faire changer ce regard. Une transformation non pas spontanée mais délibérée, recherchée, de la manière de voir le monde. Cette transformation de la vision, issue d'une résolution volontaire, menant à une transformation de soi, n'est-elle pas une conversion ?

II. 2. C. Philosophie et conversion

Le changement de regard, qu'il soit philosophique ou provienne du sentiment océanique est une rupture. Rupture avec la vision d'avant, nouvelle manière de voir le monde et de se considérer dans ce monde, donc de se percevoir soi-même aussi. Dans le premier cas, cette rupture est volontaire, elle demande un effort, de la pratique, dans le second, à l'inverse, elle est spontanée. Elle n'est pas un changement choisi mais un changement qui survient, qui arrive à l'individu, comme un événement. Dans l'antiquité, devenir philosophe impliquait un bouleversement entier de la vie de l'individu. La démarche consciente et volontaire pour transformer sa vision du monde implique un investissement de l'individu, c'est un véritable entraînement, comme un gymnaste. Le changement du regard sur le monde entraîne un changement dans la manière de l'appréhender, d'y évoluer et de

⁸¹ *Ibid.*, p. 49

s'y comporter, aussi bien dans le rapport avec les possessions matérielles, qu'avec les autres. De plus, rompre avec ces anciennes habitudes est difficile, s'il veut persister dans la voie qu'il a choisie, l'apprenti philosophe doit changer ses habitudes. Il est conseillé de changer de fréquentation et de s'entourer d'individus qui prônent le même mode de vie pour ne pas subir d'influence néfaste et se détacher de ses anciennes habitudes, ne pas être tenté de retomber dans ses anciens travers. L'entrée en philosophie implique de renoncer à sa vie passée. Certains élèves « entraînent en philosophie, comme nous disons de quelqu'un qui veut se faire moine qu'il entre en religion. »⁸² Qu'a à voir la philosophie avec la religion ? Elles ont en commun ce bouleversement du regard porté sur le monde qui entraîne un bouleversement de la vie de l'individu et une rupture avec sa vie d'avant, ce que l'on peut appeler un phénomène de conversion.

L'acte philosophique ne se situe pas seulement dans l'ordre de la connaissance, mais dans l'ordre du « soi » et de l'être : c'est un progrès qui nous fait plus être, qui nous rend meilleurs. C'est une conversion qui bouleverse la vie, qui change l'être de celui qui l'accomplit.⁸³

Changer de regard, c'est dans le cas de la philosophie, se convertir. La conversion est une rupture avec « l'attitude faussement « naturelle » du sens commun »⁸⁴, qui passe par le fait de changer radicalement sa vision. Dans l'article au sujet de la « Conversion », que Pierre Hadot a écrit pour l'*Encyclopaedia Universalis*, il revient sur l'étymologie du mot conversion, et l'idée qu'il contient donc de « retournement », de « changement de direction ». « Il y a donc, dans la notion de

⁸² P. Hadot, « Entretien », *Pierre Hadot, L'enseignement des antiques, l'enseignement des modernes, Op. Cit.*, p. 21

⁸³ P. Hadot, *Exercices Spirituels et philosophie antique, Op. Cit.*, p. 23

⁸⁴ *Ibid.*, p. 233

conversion, une opposition interne entre l'idée de « retour à l'origine » et l'idée de « renaissance ». »⁸⁵ L'idée du retour à l'origine et de la renaissance spirituelle de la conversion est accompagnée de ce mouvement, de cet effort aussi de retour à un regard plus jeune, plus authentique, qui est pour Hadot, à la suite de Bergson, le mouvement philosophique essentiel.

Le thème de la conversion est la plupart du temps entendu principalement en un sens religieux. La conversion religieuse, si elle peut se faire à la manière de la conversion philosophique, c'est-à-dire avec un effort et une démarche pour modifier sa vision du monde et ré-ajuster sa vie en fonction de cette vision, peut aussi survenir suite une crise mystique. Nombreux sont les témoignages d'individus n'ayant pas vécu une vie particulièrement religieuse mais néanmoins balisée ou imprégnée par une culture religieuse ambiante, qui se sont sentis investis religieusement et dès lors véritablement convertis à la suite d'une expérience mystique. Celle-ci prend la dimension de la révélation religieuse à l'échelle personnelle. Le changement de regard et de vie est alors non seulement radical mais aussi brutal, imprévu. L'individu en est presque l'objet passif, recevant la révélation, subissant l'apparition, plutôt que le sujet actif, et les changements qui s'en suivent ne sont que les conséquences de cette révélation indépendante de sa volonté mais qui joue le rôle de déclencheur. Si le propre du sentiment océanique n'est pas de déclencher la conversion religieuse, précisément parce qu'il est mystique sauvage, hors religion, cependant, il pourrait bien être, dans le cas de Pierre Hadot, le déclencheur d'une conversion philosophique. Il ne s'agit pas de dire par là que cette expérience a entièrement déterminé son parcours et ses recherches, mais Hadot lui-même lui accorde une importance remarquable. « Ai-je

⁸⁵ *Ibid.*, p. 223

été prédisposé à la philosophie par cette expérience ? »⁸⁶ s'interroge Hadot. Le sentiment océanique semble ainsi avoir un certain pouvoir sur celui qui l'éprouve, peut-être pas un pouvoir de conversion à proprement parler, mais d'éveil à certains questionnements, une sensibilité et une attention particulière au monde. C'est une expérience qui marque le sujet et le change.

Etre philosophe, ce n'est pas avoir reçu une formation philosophique théorique, ou être professeur de philosophie, c'est, après une conversion qui opère un changement radical de vie, professer un mode de vie différent de celui des autres hommes.⁸⁷ Et cette conversion est avant tout une rupture avec sa vie d'avant, ses habitudes et fréquentations, mais aussi avec son ancienne manière de voir le monde.

La philosophie

fait passer d'un état de vie inauthentique, obscurci par l'inconscience, rongé par le souci, à un état de vie authentique, dans lequel l'homme atteint la conscience de soi, la vision exacte du monde, la paix et la liberté intérieure.⁸⁸

et c'est en cela que consiste la conversion philosophique, une transformation de la vision du monde qui résulte en une transformation de soi, car le rapport au monde, l'existence dans ce monde, n'est plus envisagé de la même manière.

⁸⁶ P. Hadot, « Mes exercices spirituels, par Pierre Hadot », *Le Nouvel Obs*, 10 juillet 2008

⁸⁷ P. Hadot, *La citadelle intérieure, Introduction aux « Pensées » de Marc-Aurèle*, Fayard, 2013

⁸⁸ P. Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique, Op. Cit.*, p. 23

Chapitre III : La présence

III. 1 La présence au monde

III. 1. A. Sentiment de présence et connaissance dans le sentiment océanique

« Ce monde m'était présent, intensément présent »⁸⁹ dit Pierre Hadot. Qu'il prenne la coloration de la joie ou de l'angoisse, le sentiment océanique est un sentiment intense de sa propre existence et de sa présence dans le monde, ainsi que de celles du monde lui-même. Dans *La Nausée*, Roquentin est bouleversé par l'existence des choses, soudain ressentie comme quasiment violente de part son intensité. D'autres sont émus par cette même présence. Il n'y est pas simplement question de voir les choses et leur existence, mais de les ressentir, d'être submergé par cette existence, présente d'ordinaire comme une trame de fond, comme implicite, mais qui devient soudain criante et évidente tout en paraissant surnaturelle et merveilleuse, ou terrifiante, voire les deux. Mais qu'est-ce que ressentir l'existence, la présence de soi ? Et à plus forte raison, qu'est-ce que ressentir la présence des choses qui nous sont extérieures ? Ne suffit-il pas de voir le monde pour savoir qu'il existe ?

⁸⁹ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 23

Cette affirmation du sentiment de l'existence et de la présence du monde recèle quelque chose de profondément désarmant. Elle est désarmante d'une part parce qu'elle semble affirmer une évidence : le monde est présent, le monde existe, mais d'autre part parce qu'elle met cette évidence dans un registre différent de celui que l'on a l'habitude de lui associer : le ressenti et non la connaissance. On remet rarement en question l'existence du monde, et lorsque cela est fait il s'agit plutôt d'un exercice intellectuel, de raisonnement, comme le doute hyperbolique. Le rapport à l'existence du monde est plutôt envisagé dans l'ordre de la perception ou de la connaissance : le monde existe, la montagne face à moi existe car je la vois mais surtout je vois qu'elle a telle forme, telle couleur, j'entends le bruit du vent dans les arbres et d'un ruisseau qui coule, je sens l'odeur de la terre et des pins, toutes ces choses qui composent le monde existent car je les perçois (je peux les voir, les sentir, les goûter, les entendre, les toucher) individuellement et toutes ensemble elles composent le monde. Ou bien le monde existe car j'étudie la physique, je sais qu'il est composé d'atomes, qu'il est organisé d'une certaine manière et je le décompose en lois que je connais et qui toutes ensemble forment ce tout. Or, le sentiment océanique ne décrit pas le monde, il ne dit pas le monde à tels caractères ou le monde est organisé comme ceci mais s'arrête au postulat à l'origine de tous les autres, le monde n'est pas ainsi, il est. Mais dans le même temps, ce qu'il est du sentiment océanique va plus loin qu'un il est parce que je le perçois ou il est parce que je le sens, il dit le monde est et je suis parce que je le ressens. Si avec Plotin, avec Bergson, Pierre Hadot encourage à « prolonger la vision de l'œil par une vision de l'esprit », il semble que le sentiment océanique soit d'une certaine manière, le prolongement de la vision de l'œil par celle du cœur, c'est-à-dire par le sentiment.

Or, l'ordre de la connaissance est traditionnellement opposé à celui du sentiment. Le premier serait objectivable, neutre, et le second soumis aux caractères et aux particularités des individus, donc extrêmement variable et personnel, biaisé. Le reproche fait de la façon la plus récurrente au sentiment est celui de venir perturber, troubler, obscurcir la raison, de la corrompre. Cependant, ce que Pierre Hadot affirme c'est que savoir que le monde existe, que nous existons, et même évoluer dans ce monde, ce n'est pas nécessaire le ressentir. Le sentiment du monde serait, dans la vie, à part à de rares instants, masqué en permanence par tous les stimuli que cause le fait d'être physiquement dans ce monde.

Mais est-ce vraiment un sentiment ? Il existe une certaine hésitation chez Romain Rolland, qui emploie alternativement le terme de « sensation océanique » puis de « sentiment océanique », c'est d'ailleurs le terme de sensation et non de sentiment océanique qui a été retenu par certains⁹⁰. La sensation semble être plus de l'ordre physiologique. Les sensations sont souvent véhiculées par un ou plusieurs des cinq sens, mais peuvent aussi provenir de l'organisme lui-même. Le sentiment serait plutôt de l'ordre psychologique. Chacun des deux termes semblent avoir une nuance différence, sensation suggérant une certaine « consistance » intrinsèque à l'océanique et rapprochant ainsi de la perception plutôt que du ressenti immatériel, tandis que le sentiment possède une dimension peut-être plus personnelle, subjective. La sensation, comme liée aux sens, semble plus susceptible d'être partagée par tous telle qu'elle. Une sensation de faim, ou de froid par exemple est sans équivoque, alors que sentiment appelle à des nuances plus subtiles pouvant varier d'un individu à l'autre, la sensation est bien plus partageable ou conçue

⁹⁰ En témoigne le titre du chapitre du livre de H. Vermorel et M. Vermorel sur la correspondance entre *Sigmund Freud et Romain Rolland* qui emploie l'expression « sensation océanique » et non « sentiment océanique »

comme partageable, le sentiment plus lié et propre à l'individu qui l'éprouve. On sépare alors la connaissance de l'affect, mais pourtant c'est bien en quelque sorte une réconciliation de la connaissance et de l'affect qui est proposée par Bergson sous la forme de l'intuition, la conscience immédiate des choses, intuition qui est pour Pierre Hadot un dépassement de l'intelligence pure⁹¹, de la même manière que la vision de l'œil prolonge la vision de l'esprit, que le dépassement de la vision chez Plotin se fait en regardant avec les yeux fermés). L'intuition bergsonienne de la durée est pour Hadot l'acte même de la conversion, et par là, la philosophie elle-même⁹².

L'homme éprouve le besoin de donner du sens à ce qui l'entoure, de s'expliquer comment fonctionne le monde qu'il habite, de le comprendre pour se rassurer. Il est courant de considérer sciences et religions comme deux systèmes de réponse opposés, le premier s'inscrivant dans le monde rationnel, dans une recherche guidée purement par la raison, et le second par l'irrationnel, l'invisible, et au final l'inexplicable. Si la science n'offre qu'une réponse en terme de mécanisme et de contingence, les religions vont jusqu'à répondre à la question du pourquoi. Le sentiment océanique est envisagé comme un sentiment religieux, comme un certain type de mystique, c'est qu'il semble, à la lecture de certains témoignages, procurer aussi une sorte de réponse :

Je devins conscient de la vie éternelle. Ce n'était pas la conviction
que je l'aurais un jour, mais la conscience que je l'avais déjà. Je vis
que tous les hommes sont immortels ; que l'ordre du monde est tel

⁹¹ P. Hadot, « La culture de soi », *La vie comme elle va*, France culture

⁹² « la philosophie est toujours restée elle-même essentiellement un acte de conversion. On peut suivre les formes que revêt cet acte tout au long de l'histoire de la philosophie, le reconnaître, par exemple, dans le cogito cartésien, dans l'*amor intellectualis* de Spinoza ou encore dans l'intuition bergsonienne de la durée. » P. Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique*, *Op. Cit.*, p. 233

que, sans aucun « peut-être », toutes choses contribuent au bien de tous ; que la base du monde, de tous les mondes, c'est l'amour et que le bonheur de tous se réalisera infailliblement dans la suite des temps.⁹³

Mais en guise de réponse, c'est une réponse obscure, pas une connaissance à proprement parler qui serait une connaissance omnisciente des mécanismes et des causes égale à celle d'un dieu, non pas une réponse de contenu mais plutôt au final une pause dans la recherche de sens, le sentiment océanique lié à la joie contient un message de type : « tout est bien ». Ce « tout est bien » peut correspondre à l'impression d'être face à une vérité, une révélation, celle de l'unité du monde, d'un Principe directeur fondamentalement Bon. Mais il n'est pas une connaissance détaillée, un « je sais tout », mais plutôt il n'y a pas à s'inquiéter, que chercher est inutile, qu'il suffit d'avoir une sorte de confiance sereine en l'organisation du monde. Tout est bien signifie la joie mais aussi l'apaisement. Que je sache ou que je ne sache pas, les choses sont tout de même bien.

Pour peu, en effet, que nous acceptions, à titre d'essai en quelque sorte, de mettre entre parenthèses le postulat intellectualiste selon lequel l'obscurité constitutive des affects résulterait d'idées confuses, et mélangées entre elles en raison même de leur confusion intrinsèque, l'expérience affective aura quelque chance de se dévoiler à nous dans son mode d'évidence propre. Et le langage des affects est le plus simple, le plus limpide qui soit : l'agréable, le plaisir, la joie, le ravissement se présentent à nous comme bons absolument, non pas comme relevant de la catégorie générale des

⁹³ M. Bucke *Cosmic Consciousness : a study in the evolution of the human Mind*, Philadelphia, 1901, p. 8, cité par W. James, *Les formes multiples de l'expérience religieuse*. *Op. Cit.*, p. 376

choses bonnes ou comme subsumables sous je ne sais quel genre abstrait, déjà connu, et défini, du Bien, mais comme incarnant ce Bien, nous apprenant ce qu'il est, nous initiant à lui.⁹⁴

Puisque tout est bien, le questionnement semble vain, il n'y a rien à comprendre au-delà de cette évidence.

Cependant, pour d'autres, dont Hadot fait partie, plutôt que de répondre ou d'amener une connaissance précise, le sentiment océanique soulève des questionnements : « je ressentais qu'il pouvait correspondre à des questions comme... ». Il est presque l'origine même du questionnement, la révélation sensationnelle qui mène au questionnement, qui soulève les grandes questions. Il dit : il y a ici un mystère.

Les connaissances ne se laissent, en aucun domaine, assimiler à des données inertes qu'il suffirait d'enregistrer comme on ramasse des cailloux sur le chemin pour les jeter dans un sac. Sous leur forme originale, à tout le moins, elles se présentent comme des réponses que le raisonnement, l'expérience, ou quelque combinaison des deux, donnent à des questions qui doivent avoir été préalablement formulées, fût-ce sur un mode implicite.⁹⁵

Si l'expérience du sentiment océanique est si déterminante pour Hadot, c'est entre autres parce qu'elle ouvre à des questionnements sur lesquels l'expérience quotidienne du monde, l'habitude de l'existence du monde, a mis une sourdine. En ramenant à ce fait brut et simple que le monde existe, elle fait retrouver une sorte de questionnement originel, et ancre ce questionnement non pas dans un besoin de connaissance purement intellectuel mais dans l'expérience même, le vécu et le

⁹⁴ M. Hulin, *La mystique sauvage, Op. Cit.*, p. 218

⁹⁵ *Ibid.*, p. 208

ressenti du monde.

III. 1. B. L'exigence philosophique de la présence

Le sentiment océanique, bien qu'il ne se réduise pas à cela, fait éprouver spontanément la présence et l'existence du monde ainsi que de soi-même. Ce fait, malgré son apparente évidence, est rarement réellement ressenti. Il semble que Pierre Hadot, peu après son expérience, ait cherché à la reproduire, ou du moins qu'il ait été poussé par à explorer plus avant cette dimension nouvelle pour lui de l'émerveillement face au monde :

Le ciel, les nuages, les étoiles, les « soirs du monde », comme je me disais à moi-même, me fascinaient. Mettant le dos sur l'appui de la fenêtre, je regardais vers le ciel la nuit, en ayant l'impression de me plonger dans l'immensité étoilée.⁹⁶

Si l'expérience du sentiment océanique est spontanée, et donc impossible à reproduire à l'envie, on peut en effet douter qu'il l'ait éprouvée à chaque fois qu'il se mettait volontairement à sa fenêtre dans le but de se laisser emporter par sa fascination. Le fait qu'il dise ne l'avoir éprouvée que deux fois⁹⁷, ou quelques rares fois⁹⁸, nous conforte dans cette interprétation. Il s'agirait en ces cas plutôt de l'émerveillement face au monde, de ce sentiment cosmique, plus général et plus répandu, qu'Hadot a distingué de l'océanique. Cela signifie aussi que si le sentiment

⁹⁶ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre*, *Op. Cit.*, p. 24

⁹⁷ « l'expérience bouleversante que je fis, deux fois de suite » P. Hadot, « Mes exercices spirituels par Pierre Hadot », *Le Nouvel Obs*, 10 juillet 2008

⁹⁸ « Tout ce que j'ai éprouvé plusieurs fois, mais rarement, c'est ce « sentiment océanique » que Michel Hulin appelle la mystique sauvage », P. Hadot, « Hadot le mystique sauvage », *Libération*, 8 avril 2004

océanique est extrêmement rare, il n'est peut-être pas la seule manière dont se propre existence et sa présence dans le monde peuvent être ressenties.

Dans la tradition antique, la philosophie comme mode d'être passe par une recherche de ce sentiment de l'existence du monde comme un Tout et de soi comme partie de ce monde. Parmi les exercices spirituels, il est par exemple un exercice d'ascèse qui consiste à délimiter et ressentir ce qu'est le moi, ce à quoi il correspond :

Les exercices spirituels correspondent presque toujours à ce mouvement par lequel le moi se concentre en lui-même, en découvrant qu'il n'est pas ce qu'il croyait être, qu'il ne se confond pas avec les objets auxquels il s'était attaché.⁹⁹

Dans cet exercice, le moi est totalement circonscrit dans le présent, il s'exerce à vivre seulement ce qu'il vit, c'est-à-dire le présent : il se « sépare » de ce qu'il a fait et dit dans le passé, et de ce qu'il vivra dans le futur.¹⁰⁰

Cette présence au monde, ce sentiment de l'existence, qui fait partie du sentiment océanique a une dimension bien évidemment spatiale, le fait de savoir, de sentir où l'on est, de se considérer comme partie du monde, et partie d'un Tout. Mais ce sentiment peut aussi prendre une dimension temporelle, être présent c'est être dans le temps du présent. Et c'est un véritable exercice spirituel que de chercher à se concentrer uniquement sur le présent et sur sa propre présence, son existence présente afin d'en être pleinement conscient.

⁹⁹ P. Hadot, *Qu'est-ce que la philosophie antique*, Op. Cit., p. 492

¹⁰⁰ *Ibid.*, p. 493

La conscience de soi n'est rien d'autre que la conscience d'un moi agissant et vivant dans le moment présent.¹⁰¹

L'exercice de la présence est un exercice de la conscience de soi, car changer de regard sur le monde ce n'est pas simplement le voir différemment, c'est aussi transformer le rapport que l'on a à ce monde, et c'est en quelque sorte prendre conscience de soi.

Celui qui pratique cet exercice de la concentration voit l'univers avec des yeux nouveaux, comme s'il le voyait pour la première et la dernière fois : il découvre, dans la jouissance du présent, le mystère et la splendeur de l'existence, du surgissement du monde, et en même temps, il atteint une sérénité en éprouvant à quel point sont relatives les choses qui provoquent le trouble et l'inquiétude.¹⁰²

Il s'agit d'avoir conscience et de se satisfaire d'être là où on est spatialement et temporellement, se satisfaire de l'instant présent, ne pas se projeter ailleurs mais apprécier l'instant dans toute sa consistance. Hadot avoue s'essayer lui-même à la pratique d'exercices spirituels, comme le *memento mori*, mais aussi et principalement la concentration sur le présent (le *memento mori* peut néanmoins aussi être une approche de la concentration sur le présent) :

le sentiment océanique est une expérience qui ne se commande pas. C'est pourquoi, dans la vie de tous les jours, il m'arrive souvent de concentrer toute mon attention sur le moment présent, d'abord pour mieux agir, comme le voulaient les stoïciens, mais surtout, pour jouir du sentiment de l'existence, comme le voulaient les épicuriens.

¹⁰¹ *Ibid.*, p. 495

¹⁰² *Ibid.*, p. 415

Et, parfois, je m'efforce, comme le conseillait Sénèque, de voir le monde comme si je le voyais pour la première fois.¹⁰³

Il s'agit, par la pratique de l'exercice spirituel, de retrouver ce sentiment de l'existence du monde et de sa propre existence, de ce qu'elle a d'étonnant, de merveilleux, et de mystérieux à la fois, pour vivre mieux, essayer de vivre en philosophe (à l'image du philosophe dans l'Antiquité, quelqu'un qui pratique la philosophie et non qui discourt à propos de ce qu'est la philosophie) et cette conscience du soi et du monde est nécessaire à celui qui veut vivre ainsi.

Vue de cette manière, la pratique de la philosophie dépasse donc les oppositions des philosophies particulières. Elle est essentiellement un effort pour prendre conscience de nous-mêmes, de notre être-au-monde, de notre être-avec-autrui, un effort aussi pour « rapprendre à voir le monde » comme disait Merleau-Ponty, pour atteindre aussi à une vision universelle grâce à laquelle nous pourrions nous mettre à la place des autres et dépasser notre propre partialité.¹⁰⁴

Cette conviction, alliée à ce réel effort de vie, porte tous les travaux de Pierre Hadot et ses investigations, et ce depuis son éveil à la philosophie, aussi bien avec Bergson, que les existentialistes, qui, selon lui, lui ont fait comprendre « qu'un des actes les plus importants du philosophe consistait dans cette prise de conscience de l'existence-dans-le-monde. »¹⁰⁵ Ce cheminement passe par la prise en compte du sentiment dans la réflexion philosophique, qui ne peut, selon lui, en être indépendante. Ainsi

¹⁰³ P. Hadot, « Hadot le mystique sauvage », Libération, 8 avril 2004

¹⁰⁴ P. Hadot, *Qu'est-ce que la philosophie antique ?*, Op. Cit., p. 415

¹⁰⁵ P. Hadot, « Mes exercices spirituels par Pierre Hadot », Le Nouvel Obs, 10 juillet 2008

le Rousseau des «Rêveries d'un promeneur solitaire» qui s'attache à décrire ce sentiment d'existence m'apparaît comme un des précurseurs de cette introduction de l'affectivité dans la philosophie.¹⁰⁶

III. 2. Conscience et « niveaux de moi »

III. 2. A. Les différents « niveaux de moi »

Si la philosophie est un travail vers un perfectionnement de soi, celui-ci est rendu possible pour Hadot, par une transformation de la manière dont on perçoit le monde. En effet, la philosophie s'oppose, selon lui,

au monde de la perception habituelle [...] par l'approfondissement et la transformation de la perception habituelle, en nous faisant prendre conscience du fait même que nous percevons le monde et que le monde est ce que nous percevons.¹⁰⁷

Changer de regard exige un entraînement, la pratique d'exercices. Ainsi, ce constat qui semble à première vue presque excessivement naïf, celui de se dire « c'est le monde que je vois, c'est le monde dans lequel je suis », n'est pourtant pas évident. Il n'est pas présent à l'esprit dans chaque moment et chaque activité de la vie. Il y a même fort à parier que si tel était le cas, nous pourrions être écrasé par le poids d'une telle vérité, d'une telle conscience. Avoir le monde présent à l'esprit continuellement pourrait nous empêcher d'agir, nous bloquer dans la

¹⁰⁶ *Idem.*

¹⁰⁷ P. Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique, Op. Cit.*, p. 348

contemplation. Ainsi, la plupart du temps, dans des activités qui font partie d'une routine (par exemple faire un trajet quotidien ou des tâches ménagères), je n'ai pas cela en tête, que le monde est autour de moi, que je suis dans le monde et que je suis une partie du monde. Mais l'effort de vision ou bien le changement de regard spontané ramène ou me propulse à ce constat naïf et gigantesque : je suis dans le monde. Il mène à un degré de conscience supérieur de sa propre présence et de l'existence du monde. Cela signifie que cette présence n'est pas l'état spontané ni permanent de l'être humain, soit il doit réaliser un travail sur lui-même (des exercices spirituels) pour y parvenir, soit il en a un aperçu par le biais de l'expérience mystique. Ce degré de conscience supérieur se différencie donc, pour Hadot, à la suite de Bergson, du moi de l'habitude,

car [Bergson] oppose toujours les habitudes qui émoussent notre perception (c'est-à-dire celles qui font que nos décisions ne sont pas de vraies décisions, mais des réponses presque mécaniques à des situations habituelles) à la conscience claire d'un moi qui est (il utilise l'image inverse) plus profond.¹⁰⁸

Ce moi, plus profond, est ancré dans le temps et dans l'espace dans lequel il évolue. Il n'est pas pris dans l'anticipation ou le souvenir. Rechercher ce moi, c'est rechercher la coïncidence avec le présent, et par là l'accord profond avec soi-même.

Il y aurait donc une conscience au niveau de l'habitude, qui est en fait une sorte de demi-conscience, une conscience d'automate, dans laquelle on fait les choses mais sans être réellement « dans » ces choses que l'on fait. Cet état de la conscience est le plus commun, celui dans lequel sont effectuées bon nombre de

¹⁰⁸ Pierre Hadot *et al.*, « Qu'est-ce que l'éthique ? », Cités 2001/1 (n° 5), p. 131

tâches qui ne nécessitent pas de songer à la manière de les exécuter et qui sont accomplies en quelque sorte comme des réflexes. Bergson illustre cela avec l'apprentissage d'un exercice dans lequel

nous commençons par être conscients de chacun des mouvements que nous exécutons, parce qu'il vient de nous, parce qu'il résulte d'une décision et implique un choix ; puis, à mesure que ces mouvements s'enchaînent davantage entre eux et se déterminent plus mécaniquement les uns les autres, nous dispensant ainsi de nous décider et de choisir, la conscience que nous en avons diminuée et disparaît.¹⁰⁹

Le réflexe se repose sur ce qui est acquis, ainsi l'état de l'habitude est ancré dans le passé. Le moi n'est pas dans le temps de l'action qu'il accomplit au présent, car s'appuyer sur l'habitude consiste à faire rejouer le passé. De ce fait, aucune immersion franche n'est possible dans le présent puisque l'on ne s'appuie que sur un modèle antérieur et non sur ce qui se déroule dans l'ici et le maintenant.

Cet état de conscience diminuée, endormie, est aussi celui dans lequel le monde est perçu du point de vue de son utilité, de ce en quoi il peut servir l'homme, et non pour ce qu'il peut avoir de surprenant, d'étonnant, ou simplement de ce qu'il est lorsqu'il est dépourvu des caractères que l'homme lui ajoute.

Mais, de loin en loin, par un accident heureux, des hommes surgissent dont les sens ou la conscience sont moins adhérents à la vie. La nature a oublié d'attacher leur faculté de percevoir à leur faculté d'agir. Quand ils regardent une chose, ils la voient pour elle,

¹⁰⁹ Bergson, *L'Energie spirituelle*, p. 11

et non plus pour eux. Ils ne perçoivent plus simplement en vue d'agir ; ils perçoivent pour percevoir, - pour rien, pour le plaisir.¹¹⁰

A l'inverse, la conscience pourrait aussi atteindre un état plus intense, celui d'une conscience de son existence, de l'existence des choses, dans laquelle on a conscience d'être là, de faire partie du monde, d'être présent. Dans l'état de l'habitude, la conscience est en quelque sorte sous-marine, elle est en fait fermée à de nombreuses choses qui n'ont pas besoin d'être présentes à l'esprit, ou du moins qui d'y paraître clairement, puisqu'elle se repose sur le passé, tandis que dans le second elle revient à la surface. « Avant de philosopher, dit Bergson, il faut vivre ; et la vie exige que nous nous mettions des œillères. »¹¹¹ La tâche à laquelle s'attèle alors le philosophe consiste à apprendre à retirer ses œillères, à voir ce qu'il y a au-delà, qui n'entrait pas auparavant dans son champ de vision. Le cerveau sélectionne ce qui nous est utile, en fonction des situations. L'effort philosophique sera de désapprendre ces réflexes de sélection guidés par une vision utilitariste du monde.

Le rôle de la philosophie ne serait-il pas ici de nous amener à une perception plus complète de la réalité par un certain déplacement de notre attention ? Il s'agirait de *détourner* cette attention du côté pratiquement intéressant de l'univers et de la *retourner* vers ce qui, pratiquement, ne sert à rien. Cette conversion de l'attention serait la philosophie même.¹¹²

Hadot utilise cette distinction pour expliquer le sentiment océanique, qui correspond alors à un éveil de la conscience de l'habitude, automatique, à un état plus intense. Cela permet de décrire comment soudainement l'on peut s'émerveiller

¹¹⁰ Bergson, *La Pensée et le Mouvant*, p. 152

¹¹¹ *Idem.*

¹¹² *Ibid.*, p. 153

de l'existence des choses. Dire que l'on s'éveille, que l'on ouvre les yeux, que l'on voit le monde pour la première fois décrit ce mouvement de la conscience, ce passage d'une faible intensité à une conscience totale.

Cette exigence est celle de la présence, être conscient c'est être présent et sentir sa propre présence ainsi que celle du monde. Elle semble comparable à la conscience intense du sentiment océanique, qui, pour le jeune Hadot, correspond moins à une affirmation qu'à un questionnement. Ce lien qui est fait par lui nous indique que, plus qu'elle ne correspond au questionnement, la conscience en est peut-être indissociable. Avoir conscience de soi c'est se questionner sur ce qu'est ce soi, et il en va de même pour la conscience de l'existence du monde, elle pousse à s'interroger sur ce fait brut que le monde existe, sur les raisons, les causes et les significations. Ce sont des questions que l'on ne peut avoir en permanence à l'esprit sous peine d'être paralysé par elles. Qu'elles soient accompagnées d'angoisse ou de joie, elles sont invariablement fascinantes et tendent à mener vers la contemplation pure, donc l'inaction. Mais la philosophie est un effort pour se rendre disponible à ces questionnements muets au quotidien.

Mais le sentiment océanique diffère de ce modèle du moi authentique en ce qu'il implique une composante supplémentaire, qui n'est pas essentielle au sentiment franc de l'existence. Ce trait supplémentaire, et nécessaire pour Hadot, est celui de la « dilatation du moi », c'est à dire l'idée de se perdre dans le Tout, de sentir sa conscience n'être qu'une vague. En somme, c'est l'élément précis qui donne à l'océanique son nom.

III. 2. B. La « dilatation du moi »

Cette exigence de la présence consciente qui parcourt la philosophie de Pierre Hadot, et est indispensable selon lui à celui qui prétend vivre en philosophe, évoque fortement l'expérience du sentiment océanique. Néanmoins, le sentiment océanique n'est pas une expérience reproductible à volonté, même à force d'entraînement. Il n'est pas le seul sentiment de sa présence dans le monde, la conscience de sa présence, mais aussi un sentiment, nous dit Pierre Hadot, de dilatation du moi dans le Tout. Mais que signifie cet aspect mystérieux du sentiment océanique ? Le sentiment océanique est, Hadot l'a dit, conscience intense de soi, de son existence et celle du monde. Mais il serait dans le même temps une dilatation du moi, donc de cette conscience de soi. Or, avoir conscience de soi semble impliquer aussi avoir conscience de ses limites, limites physiques et limites mentales aussi bien que limites temporelles. Avoir conscience de soi signifie se circonscrire mentalement. Comment cela peut-il être compatible avec une dilatation de la conscience, expression qui semble exprimer un dépassement des limites du moi ?

Ce qui est capital, c'est l'impression d'immersion, de dilatation du moi dans un Autre auquel le moi n'est pas étranger, puisqu'il en est une partie.¹¹³

La dilatation suggère de repousser, voire de dissoudre les frontières d'un moi circonscrit. Le moi se plonge et s'étend dans le Tout, qui cesse de lui être étranger. Le monde n'y est plus autre, plus vraiment différencié du moi. Celui qui le ressent y perd-il son unité ? Si la conscience se dilate, perd-elle son objet ? Il

¹¹³ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 27

semblerait qu'en effet on puisse dire qu'il la perde pour se plonger dans un unité plus grande encore, qui le dépasse, celle du monde, qui cesse d'être une altérité. Se sentir faire partie du monde ne suffit plus à exprimer ce sentiment, il faudrait plutôt dire peut-être se sentir être du monde, ou « être-au-monde » comme le dit Hadot en reprenant la formule heideggérienne. L'idée d'une dilatation de la conscience semble tout à fait mystérieuse, et effectivement mystique au sens quasiment péjoratif auquel on peut l'employer communément pour parler de quelque chose d'inexplicable mais aussi d'obscur, d'opposé à la raison. Elle semble exprimer une sorte d'abolition de ses propres frontières mentales, qui implique plus simplement d'être partie du Tout mais simplement dans le Tout, non plus en tant que partie délimitée mais d'être soi-même le Tout.

Hadot livre un passage de Plotin, selon lui le seul qui soit « expressément autobiographique », décrivant une expérience mystique, expérience du mouvement de l'âme vers le divin :

Souvent je m'éveille de mon corps à moi-même ; je deviens extérieur aux autres choses, intérieur à moi ; je vois une beauté d'une merveilleuse majesté ; alors je le crois : je suis, avant tout, d'un monde supérieur ; la vie que je vis alors c'est la vie la meilleure ; je m'identifie au Divin, en lui j'ai ma demeure : parvenu à cette activité suprême, c'est là que je me fixe ; je transcende toute autre réalité spirituelle¹¹⁴

Ce récit d'extase mystique religieuse correspond cependant en plusieurs points au sentiment océanique : émerveillement face à la beauté, éveil soudain, sentiment d'une plus grande intériorité à soi. Hadot le souligne, « on peut y

¹¹⁴ Plotin, *Ennéades*, IV, 8 I, I, cité par P. Hadot, *Plotin ou la simplicité du regard*, Paris, Plon, 1963, p. 26

reconnaître l'expérience fondamentale du philosophe. »¹¹⁵ Ce pourrait être un simple sentiment de l'existence du monde et de l'émerveillement face à lui, mais l'idée de l'identification au Divin et de la transcendance suggère quelque chose de plus qu'un sentiment que l'on peut s'entraîner à ressentir à l'envie pour mettre les choses en perspective. En effet « Plotin fait allusion ici à des moments privilégiés, non à un état continu. »¹¹⁶

Une sorte d'éveil se produit : quelque chose qui, jusque là, était inconscient envahit le champ de la conscience. Ou plutôt, l'individu se trouve dans un état qu'il n'éprouve pas habituellement : il exerce une activité qui dépasse les modes de conscience et de raisonnement qui lui sont coutumiers.¹¹⁷

Pierre Hadot fait alors implicitement converger vers un même point l'expérience qui est celle de Plotin, et l'expérience du sentiment océanique, sur trame de fond de l'expérience philosophique, plus générale. On voit aussi le questionnement philosophique rejoindre l'expérience de l'union mystique, désir qui fût celui d'Hadot dans son enfance. Le sentiment océanique serait une union avec le Tout, non pas avec Dieu, mais une entité supérieure qui serait le monde dans son ensemble. L'impression de dilatation de la conscience est probablement l'aspect le plus mystique du sentiment océanique. Elle pourrait peut-être être désignée sous le terme d'extase, une extase similaire à l'extase mystique, qui ne s'en différencie que par un contenu plus vague.

Ce terme d'extase, Pierre Hadot l'avait employé dans ses premiers articles pour parler de l'expérience du mystique dans le *Tractatus logico-philosophicus*.

¹¹⁵ P. Hadot, *Plotin ou la simplicité du regard*, p. 27

¹¹⁶ *Idem*.

¹¹⁷ *Idem*.

« Le « mystique » dont parle Wittgenstein, écrivait-il, semble bien correspondre à une extase dans laquelle nous « voyons » un au-delà du monde et du langage, son sens, sa signification, le fait de son existence. »¹¹⁸ Cependant, chez Wittgenstein, l'expérience du mystique est l'expérience des limites du monde¹¹⁹. Or, le sentiment océanique n'est pas une expérience du simple émerveillement de l'existence du monde, comme présente chez les grecs, mais aussi chez Wittgenstein, qui la rapproche de l'expérience esthétique. Or, lors de la publication de ses articles sous forme de recueil, Hadot reviendra sur ce terme d'extase, employé dans ce cas, selon lui, abusivement.

A cette époque, le mot « mystique » évoquait pour moi irrésistiblement celui d'extase, phénomène très complexe qu'il n'aurait pas fallu employer sans explication. Il est vrai que je l'employais dans un sens assez large, puisque dans le courant du texte, je qualifiais d'extase l'expérience de Roquentin dans le jardin de Bouville décrite par Sartre dans *La Nausée*. En fait le mot signifiait pour moi une très forte émotion, qu'elle soit de nausée, d'émerveillement, ou de ravissement.¹²⁰

Ainsi, il faut donc comprendre que pour Pierre Hadot, sont désormais dissociés certains sentiments, même très forts, et l'extase à proprement parler. Ceci pourrait être une indication précieuse quant à la distinction entre sentiment cosmique et sentiment océanique. L'émerveillement (ou la nausée) face au monde peuvent être des sentiments très forts, qui font envisager différemment le rapport

¹¹⁸ P. Hadot, *Wittgenstein et les limites du langage*, *Op. Cit.*, p. 63

¹¹⁹ « L'extase mystique correspond, me semble-t-il, pour Wittgenstein, à cette sortie des limites du monde et du langage par laquelle le monde et le langage apparaissent comme des non-sens. », *Idem*.

¹²⁰ *Ibid.*, p. 14

au monde. Mais si le sentiment océanique peut avoir cette dimension de l'émerveillement, il est aussi au-delà de cet émerveillement. Pour Hadot, il est l'expérience de l'abolition, presque de la fonte de ces limites pour se mélanger dans le Tout. Ce que nous dit Hadot de son expérience, c'est que ces limites sont dépassées. Et revient l'image de l'océan, du fait d'être comme une vague parmi d'autres. L'eau est sans forme précise, se moule sur la forme de son contenant, elle se mélange, elle s'unit à l'eau qui l'entoure, et à la fois, la vague a une forme, qui permet de l'identifier mais c'est une forme qui passe sur l'eau, qui traverse la matière. Si la conscience se dilate pour embrasser l'infini du monde, est-ce qu'elle se dissout ? Est-ce une annihilation de la conscience de soi ? Le sentiment océanique, étant dépassement de soi, de sa conscience, serait une conscience de l'existence tellement intense qu'elle en arrive à l'extase. Ce terme d'extase désignerait précisément une modification d'état de la conscience, qui n'a pas lieu lors d'un sentiment plus commun, même très fort.

On comprend alors pourquoi Hadot tient à dissocier le sentiment océanique du sentiment cosmique comme sentiment de l'existence, et plus largement de l'émerveillement. Le second correspond à un état que l'on peut ressentir spontanément mais aussi que l'on peut chercher à produire pour des raisons philosophiques, c'est-à-dire pour mener une existence plus réelle, pour se sentir dans un rapport direct au monde, immédiat. Rechercher le sentiment cosmique permet de prendre conscience de soi. Si ce sentiment cosmique peut se révéler spontanément, on peut aussi s'entraîner à le ressentir, probablement pas l'appivoiser complètement mais du moins faire des exercices qui mettent dans des conditions favorables pour son apparition, par exemple le regard d'en haut, ou la méditation de la mort. Rechercher le sentiment de l'existence c'est réaffirmer son

ancrage dans le monde et en soi-même afin de vivre mieux. A l'inverse, le sentiment océanique, ce « jaillissement » dont parle Rolland, qui ne se contrôle pas, ne peut être reproduit à volonté, et ne s'éprouve que rarement selon Hadot est une expérience qui tend à dépasser le caractère philosophique pour prendre celui de mystique, car elle est un dépassement de ses propres limites, une transformation de sa conscience, une expérience de la transcendance.

Chapitre IV : L'étrangeté

IV. 1. L'océanique et l'étrangeté

IV. 1. A. L'étrangeté du sentiment océanique

De nombreux témoignages, dont ceux d'Hadot, mentionnent la dimension d'étrangeté propre à l'expérience du sentiment océanique. L'étrangeté recèle une certaine ambiguïté, car trouver soudain étrange d'être dans le monde, n'est-ce pas s'y sentir extérieur ? Regarder le monde avec des yeux nouveaux, est-ce que cela n'implique pas de s'en extraire ? Regarder le monde comme pour la première fois n'est-ce pas, au fond, regarder le monde comme si on lui était étranger ? Or, le sentiment océanique est un sentiment profond de son immersion dans le monde. Comment est-il possible de se sentir du monde et d'y être étranger à la fois ?

« J'éprouvais un sentiment d'étrangeté, l'étonnement et l'émerveillement d'être là. »¹²¹ Cette étrangeté est tout d'abord, simplement, provoquée par le mystère de l'existence du monde et de sa propre existence. Celle-ci n'apparaît soudain plus comme évidente et nécessaire, mais incongrue. C'est l'étonnement face à sa propre présence dans le monde, soudainement démunie de l'implicite

¹²¹ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 23

évidence qui l'accompagne au quotidien. Ce caractère d'étrangeté est une composante essentielle du sentiment océanique¹²².

L'étrangeté dont parle Hadot est aussi celle de contempler soudain le monde tout en étant dans le monde, en y existant profondément. Le sentiment océanique est la découverte de la possibilité de ressentir son existence tout autrement, d'une manière qui n'avait jamais été envisagée. Cette découverte se fait empiriquement, dans le moment même de l'expérience, celui qui la fait est comme soudain transporté dans une région nouvelle de sa propre conscience qui le met face et dans un monde tout aussi nouveau. De plus, cette étrangeté est souvent mentionnée comme étant accompagnée d'une angoisse « terrifiante et délicate »¹²³. Le sentiment même de l'étrangeté peut provoquer une sensation de vertige, de la même manière que plonger son regard dans le vide peut fasciner. Cette prise de conscience soudaine a aussi quelque chose de terrifiant, peut-être car soudainement ne plus exister sur le mode de l'évidence et de l'habitude implique une remise en question, un « et s'il n'en avait pas été ainsi ».

Si l'étrangeté est constituante du sentiment océanique dans le moment même de l'expérience, il a aussi une dimension d'étrangeté qui lui est accordée rétrospectivement c'est-à-dire, non plus l'étrangeté ressentie dans le moment même, mais celle qu'il y a à considérer le phénomène une fois celui-ci dissipé. Pourquoi exister a pu sembler soudain si étrange, étonnant et intense alors que pourtant rien ne semble avoir fondamentalement changé dans cette existence elle-même qui ait pu initier une telle modification de l'état mental ?

¹²² « Je ressentis, d'une manière à la fois délicate et angoissante, l'étrangeté du fait que je sois là, moi, dans le monde. », P. Hadot, « Hadot le mystique sauvage », Libération ; « J'eus une impression d'étrangeté et je fus envahi par une angoisse à la fois terrifiante et délicate. », P. Hadot, « Mes exercices spirituels par Pierre Hadot », Le Nouvel Obs ;

¹²³ *Idem.*

Depuis ce temps, j'ai ressenti très fortement l'opposition radicale qu'il y a entre la vie quotidienne, qui est vécue dans une semi-inconscience, dans laquelle les automatismes et les habitudes nous guident, sans que nous ayons conscience de notre existence et de notre existence dans le monde, entre la vie quotidienne, donc, et des états privilégiés dans lesquels nous vivons intensément et avons conscience de notre être-au-monde.¹²⁴

Le décalage qui existe entre l'état d'une conscience habituelle et d'une conscience plus intense, décalage que le philosophe peut chercher à combler, est similaire à celui que fait ressentir le sentiment océanique. Etre soudainement possédé par ce sentiment c'est être arraché à sa conscience ordinaire, habituelle. A propos de l'extase de Plotin, Hadot écrit :

Mais, après ces éclairs fugitifs, [l'individu] est tout étonné de se retrouver tel qu'il était, vivant dans son corps, conscient de lui-même, raisonnant et réfléchissant sur ce qui lui est arrivé.¹²⁵

Pour celui qui vit une telle expérience, il y a le moment précis de l'expérience, le moment du ressenti où tout ne peut être que ressenti, et non décrit, et le moment d'après l'expérience, où il est possible d'essayer de la décrire mais où la manifestation même du sentiment s'est évanouie et où il n'est plus présent que par le souvenir qu'il a laissé. Emerge alors une difficulté à le contacter de nouveau. Il n'y a plus de prise sur le sentiment, qui arrive sans avoir été convoqué et s'échappe ensuite à sa guise. Le contact se fait par le moyen du souvenir du sentiment océanique, qui est tout ce qu'il en reste, mais le sujet n'est plus dans l'océanique même. En voulant analyser son expérience, il est déjà hors de

¹²⁴ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre*, Op. Cit., p. 24

¹²⁵ P. Hadot, *Plotin ou la simplicité du regard*, Op. Cit., p. 27

l'expérience, et possède une grille de lecture qui lui est absolument étrangère. Rien de ce qu'il n'a vécu à présent ne peut lui être comparable ni lui permettre de l'analyser. Tout à la fois, il se retrouve lui-même, dans sa conscience quotidienne, mais il s'éloigne de ce sentiment car il ne peut que s'en souvenir, et non plus le ressentir, puisqu'il n'a pas de prise sur ses manifestations, ni même le formuler adéquatement. La temporalité induit un décalage de soi à soi, entre le soi de l'expérience qui n'est pas dans la pensée de l'expérience mais dans le pur ressenti, et le soi qui essaie de l'analyser, de la reconstruire et de la décrire *a posteriori*, ne possédant pas les outils pour le faire.

IV. 1. B. Le sentiment océanique et l'ineffable

L'une des caractéristiques communes à la plupart des témoignages concernant le sentiment océanique est la difficulté qu'éprouvent ceux qui l'ont ressenti à le décrire. Dans la lettre même écrite par Rolland à Freud, l'hésitation dans le choix entre le terme de « sentiment » ou de « sensation » pourrait être un signe de cette difficulté, mais certains témoignages la mentionnent explicitement :

On ne peut gère décrire une expérience dans laquelle on est saisi dans – quoi ? Quelque chose que je n'avais jamais lu, sur quoi je n'avais jamais médité, dont je n'avais jamais su qu'elle existât – comme un enfant avant sa naissance ne pourrait comprendre une description de ce monde.¹²⁶

¹²⁶ D'après R. C. Zaehner, *Inde, Israel, Islam. Religions mystiques et religions prophétiques*, Paris Desclée de Brouwer, 1965, p. 113-114, cité par M. Hulin, *La mystique sauvage*, Op. Cit., p. 56

Le sentiment océanique semble indescriptible parce qu'incompréhensible autrement que par l'expérience directe. Cette impossibilité de la description, de trouver les mots justes, traduit une incommunicabilité du sentiment. Il s'éprouve et se comprend ou ne se comprend pas, et reste hermétique pour ceux qui ne l'ont pas vécu, comme il l'est pour Freud lorsque Rolland tente de lui expliquer : « Dans quels mondes étrangers pour moi évoluez-vous ! Je suis fermé à la mystique tout autant qu'à la musique. »¹²⁷

Ce contenu, justement, quel est-il ? C'est là toute la question car ceux qui s'expriment ici – et nous savons bien qu'ils s'accordent en cela avec les « grands » mystiques de toutes les époques et de toutes les religions – avouent unanimement leur incapacité à traduire en mots ce qu'ils ont ressenti, incapacité qu'ils ne sont cependant jamais tentés d'attribuer à une quelconque insuffisance personnelle mais où ils décèlent l'inadaptation congénitale et définitive du langage humain à un certain ordre de réalité.¹²⁸

Comment parler de ce que l'on ne peut décrire ? Comment essayer de rendre compte de l'expérience si elle est hermétique à ceux qui ne l'ont pas éprouvée ? Pour Wittgenstein, « sur ce dont on ne peut parler, il faut garder le silence »¹²⁹. Pourtant, Hadot, s'il n'en parle pas au début, parce qu'il ne pense justement pas pouvoir partager ce sentiment avec quiconque, éprouve tout de même le besoin d'écrire à son sujet¹³⁰.

¹²⁷ S. Freud, Lettre à R. Rolland du 20 juillet 1929, cité par H. Vermorel, M. Vermorel, *Sigmund Freud et Romain Rolland, Op. Cit.*, p. 311

¹²⁸ M. Hulin, *La mystique sauvage, Op. Cit.*, p. 61

¹²⁹ L. Wittgenstein, *Tractatus logico-philosophicus*, Paris, Gallimard, 1993, (7), p. 112

¹³⁰ « A cette époque, je ne savais comment formuler ce que je ressentais, mais j'éprouvais le besoin de l'écrire » P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, 23

C'est depuis ce temps-là, parce que je n'osais dire à personne ce que j'avais éprouvé, que j'ai toujours ressenti qu'il y a des choses indicibles. Ce que j'aurais dit n'aurait été que banalité. Et je remarquais aussi que, lorsque les prêtres parlaient de Dieu ou de la mort, réalités écrasantes ou terrifiantes, ils débitaient des phrases toutes faites, qui me paraissaient conventionnelles et artificielles ; Ce qu'il y avait de plus essentiel pour nous ne pouvait s'exprimer.¹³¹

Le contraste entre la platitude du langage et l'intensité de l'expérience fait que le sentiment océanique ne peut être décrit de manière juste, il rend l'expérience insaisissable par les mots. Il est un état qui ne prend sens que vécu et non décrit, qui transforme celui qui le vit mais reste obscur à celui qui ne le considère que de l'extérieur. Ce caractère ineffable qui lui est inhérent n'est pas sans rappeler les réflexions du *Tractatus logico-philosophicus* de Wittgenstein auquel Pierre Hadot a consacré quatre articles. Il fut en effet l'un des premiers en France (et non le premier, comme il le rappelle lui-même¹³²) à étudier cet auteur, attiré évidemment par ses propos concernant le mystique. Ce qui est valable pour les expériences de « l'existence du monde » (l'expérience cosmique) et de la « sécurité absolue », qui sont celles de Wittgenstein, l'est aussi pour le sentiment océanique : on ne peut les « exprimer d'une manière adéquate, parce que ce sont des expériences affectives. »¹³³ On rejoint ainsi l'idée bergsonienne de l'inadéquation du langage pour exprimer les sentiments. A propos du sentiment océanique, on pourrait reprendre cette distinction que fait Wittgenstein et sur laquelle Hadot insiste « entre *dire et montrer*, c'est-à-dire représenter un fait objectif et manifester quelque chose

¹³¹ *Ibid.*, p. 25

¹³² « On dit quelque fois que j'avais été le premier à parler de Wittgenstein en France. En fait, cette affirmation est très inexacte. » P. Hadot, *Wittgenstein et les limites du langage*, Op. Cit., p. 12

¹³³ *Ibid.*, p. 20

d'irreprésentable. »¹³⁴ C'est précisément ce que font les descriptions, aussi bien de Pierre Hadot que d'autres, de l'expérience : elles montrent quelque chose qui ne peut être dit, comme lorsque l'on pointe du doigt la direction d'un lieu que l'on ne peut voir depuis l'endroit où l'on se trouve. « Il y a tout un domaine où, par son inexactitude même, le langage montre ce qu'il ne peut exprimer. Ce qui compte alors, ce n'est pas ce qu'il nous dit, c'est ce qu'il nous permet de viser. »¹³⁵

Cependant, rencontrer l'expression « sentiment océanique » dans le livre de Koestler permettra à Hadot, bien plus tard, de nommer cette expérience en reprenant à son compte la formule. Cependant, parler de « sentiment océanique » est une formule qui semble a priori bien énigmatique, c'est ce que Davidson fait remarquer à Hadot en lui demandant s'il on peut y substituer le terme de « sentiment cosmique »¹³⁶. Pourquoi utiliser une expression aussi peu transparente pour désigner une expérience déjà elle-même indescriptible ? Qu'apporte l'usage de la métaphore ? Si elle sert à compenser une incapacité du langage, il serait néanmoins réducteur de l'envisager uniquement sous l'angle de l'usage par défaut. La métaphore ne sert pas à dire faute de mieux, mais à montrer mieux que tout autre. Il y a quelque chose de plus dans la métaphore que le langage ne peut dire lorsqu'il est employé au premier degré. Elle fait voir une communauté entre le mode d'être de l'océan et celui de la conscience, elle rend compte de la similarité du mouvement de l'un et de l'autre qui caractérise l'expérience du sentiment océanique. Ainsi, elle n'est pas là simplement pour orner le discours mais parce qu'elle apporte quelque chose de plus, malgré la difficulté à exprimer l'océanique, quelque chose qui n'est pas tant de l'ordre de la compréhension que de la représentation de l'expérience.

¹³⁴ Ibid., p. 31

¹³⁵ Ibid., p.38

¹³⁶ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 26

IV. 2. Le philosophe *atopos*

IV. 2. A. Socrate l'*atopos*

Si Socrate est un personnage dont la réputation et l'histoire ont traversé les époques pour parvenir jusqu'à nous, c'est que sa vie est en tous points remarquable. Il n'est pas seulement la figure majeure des dialogues de Platon, mais aussi le modèle même de la sagesse faite homme pour de nombreux autres courants, comme pour les stoïciens par exemple. Il semble étrange, loufoque, voir déraisonnable à ses contemporains non philosophes. Il est celui qui choisit de rester et d'affronter la mort, conséquence d'une condamnation injuste, plutôt que de s'exiler alors que les moyens lui en sont offerts. Ce choix semble déraisonnable, même à ses amis, disciples et admirateurs, mais au contraire, il est pourtant le plus sensé. C'est celui qui lui permettra d'être en accord avec lui-même. Il faut donc se convertir à sa manière de voir le monde pour le comprendre. Pour les autres, c'est un choix insensé, un choix qui le rend étrange, fou. Pourtant, c'est ce même choix, a priori déraisonnable, qui confirme que Socrate est véritablement philosophe. C'est parce qu'il choisit d'affronter ce qui se présente à lui plutôt que de fuir, parce qu'il ne fléchit pas et suit ses principes, même s'ils le conduisent à la mort. La mort de Socrate, éclaire toute sa vie d'une lumière nouvelle, car il n'a pas seulement vécu en philosophe, mais est mort ainsi, et c'est cela vivre en philosophe, que de mourir aussi en philosophe. S'il avait cédé à la tentation que pouvait présenter l'exil (mais on voit qu'en aucun cas il ne semble tenté), ce qu'il a fait avant n'aurait été que fumée, poudre aux yeux, et tout l'édifice se serait écroulé. Mais la mort de Socrate,

son choix de se soumettre à sa condamnation, aussi incompréhensible qu'elle soit pour le peuple, est la preuve même qu'il est philosophe. Et cette preuve réside dans un acte incompréhensible pour la plupart, qui fait de lui un être « à part », *atopos*.

Pour Bergson, au-delà de cet ultime acte philosophique, un signe indique qu'il y a chez Socrate quelque chose de plus que la simple raison, qu'il en est au-delà. Comme bien d'autres mystiques, religieux quant à eux, Socrate est guidé :

Un « démon » l'accompagne, qui fait entendre sa voix quand un avertissement est nécessaire. Il croit si bien à ce « signe démonique qu'il meurt plutôt que de ne pas le suivre : s'il refuse de se défendre devant le tribunal populaire, s'il va au-devant de sa condamnation, c'est que le démon n'a rien dit pour l'en détourner. Bref, sa mission est d'ordre religieux et mystique, au sens où nous prenons aujourd'hui ces mots ; son enseignement, si parfaitement rationnel, est suspendu à quelque chose qui semble dépasser la raison.¹³⁷

Il rattache ainsi la vie menée par Socrate quasiment à celle d'un saint, mû par une mission d'ordre religieux. Cette mission ne consiste pas seulement à vivre le mieux possible, mais vise aussi à convertir les âmes à la philosophie, en leur faisant prendre conscience de leurs contradictions par le dialogue, car la première étape de cette conversion consiste à reconnaître l'erreur dans laquelle on se trouve, à prendre conscience de sa propre ignorance, pour pouvoir chercher, si ce n'est pas y parvenir, à la dépasser. En bref, il appelle les autres à la conversion par l'échange, mais aussi par son exemplarité, une exemplarité souvent incomprise et pris pour une originalité, une folie. Pour les non-sages, le sage passe forcément pour fou, tout comme le mystique est incompris par les autres.

¹³⁷ H. Bergson, *Les deux sources de la morale et de la religion*, *Op. Cit.*,

IV. 2. B. L'étrangeté de la philosophie

Dans l'Antiquité, écrit Hadot,

le philosophe est toujours considéré un peu comme Socrate lui-même : il n'est pas « à sa place », il est *atopos*, on ne peut pas le mettre dans un lieu, dans une classe spéciale, il est inclassable ; pour des raisons assez différentes, il y a rupture de toutes les écoles avec le quotidien.¹³⁸

Pour les stoïciens, les hommes sont divisés en deux catégories, celle des sages, qui sont extrêmement rares, et celle des fous, c'est-à-dire tous les autres hommes. Il n'existe pas d'entre-deux. La sagesse est plutôt un modèle vers lequel tendre et auquel aspirer qu'un état effectivement atteignable. Ainsi tous les hommes, ou presque sont fous. Néanmoins, certains ont conscience de leur état, et cherche à progresser vers cette sagesse, pour s'améliorer. Ce sont les progressants, ceux qui suivent les cours de l'école, qui réforment leur mode de vie en fonction de ses principes, qui cherchent à imiter ses modèles afin de parvenir à plus de sagesse. Ceux-là, philosophes, qui aiment la sagesse et la recherchent, ne sont pas des sages à proprement parler. Ils ne sont pas non plus à moitié sages, car la sagesse, selon les stoïciens, est une vertu complète, elle ne peut se posséder à demi. Mais n'étant pas sages, ils ont conscience de ne pas l'être, voient ce qui leur manque pour l'être, et cherchent à s'améliorer. Ils sont alors eux-mêmes dans cette vie un peu étrange, à part, qui balance entre une sagesse non atteinte mais dont la vérité est

¹³⁸ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, p. 162

présente à l'esprit, et les habitudes des hommes fous qu'ils sont. Ils sont différents des autres non-sages au sens où ils ont conscience de leur imperfection et cherche à y remédier mais ils font néanmoins partie de cette catégorie car leur état n'est pas celui de la sagesse, tout en y étant un peu à part, pas tout à fait leur place, aspirant à s'extraire de cet état.

Parce que la philosophie est une conversion, vivre de manière philosophique implique de bouleverser son quotidien, et donc une rupture avec la manière de vivre commune, habituelle, qui était aussi la manière de vivre d'avant le choix de la vie philosophique. Le philosophe est en décalage par rapport à ses contemporains non-philosophes, sa vie est régie par des principes qui leur semblent abusifs ou loufoques : ne pas s'offenser d'une insulte, ne pas s'affliger des maux, rejeter la jouissance des biens matériels, etc. Cependant, cette vie n'est pas menée en dehors de la cité, ni en dehors des autres hommes, mais toujours avec eux, parmi eux. De plus, même s'il se retire et s'isole, et que sa vie quotidienne est strictement régie par la philosophie et par sa doctrine, il n'en reste pas moins qu'il a une vie quotidienne. Que son esprit ne reste pas bloqué, là-haut, dans les hautes sphères, à contempler les Idées ou à s'émerveiller du monde. Il doit aussi effectuer des tâches ingrates, ou simplement futiles. « C'est le problème du philosophe qui, théoriquement, devrait se séparer du monde, mais qui en fait doit y rentrer et mener la vie quotidienne des autres. »¹³⁹ Il est pris dans la vie ordinaire à laquelle il ne peut échapper, mais il a une certaine distance à elle, distance qui n'est pas celle d'un sage qui se replierait en lui-même pour se détacher du monde, comme on l'a beaucoup dit à propos des stoïciens, mais un recul qui serait en quelque sorte un pas de côté de la conscience. Car, la recherche pour profiter pleinement de l'instant

¹³⁹ P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre*, Op. Cit., p. 164

présent, pour être présent à ce que l'on vit est aussi une distance vis-à-vis de certaines choses vécues qui peut-être ne peuvent être investies de cette conscience.

Le philosophe est, écrit Hadot, dans un état intermédiaire, « il est donc constamment écartelé entre la vie non philosophique et la vie philosophique, entre le domaine de l'habituel et du quotidien et le domaine de la conscience et de la lucidité.¹⁴⁰ » Il n'est ni complètement dans la vie philosophique, car il ne peut se détacher de sa vie quotidienne, mais est en marge de la vie quotidienne, d'une part par ses actions qui diffèrent du plus grand nombre, mais aussi et surtout par cette conscience philosophique qui l'éloigne, qui crée un détachement entre lui et la vie quotidienne, et entre lui et les non-philosophes. Ce décalage permanent, qui fait que le philosophe n'est nulle part là où il devrait être ou comme il devrait être, est similaire à celui ressenti par qui a connu l'expérience du sentiment océanique.

IV. 2. C. Pierre Hadot l'*atopos*

Dans un article consacré au philosophe, Jean François Balaudé attribue ce caractère atopique à Pierre Hadot lui-même, quant à sa place dans la philosophie. Ses recherches tournées vers le passé, couplées à son ancrage dans le présent, aussi bien dans le présent de la philosophie, que dans sa recherche personnelle d'un savoir vivre pleinement le présent, en font selon lui quelque'un de difficile à classer, à mettre dans une catégorie. Cette atopie et ce mouvement de communication entre passé et présent, que Balaudé nomme la « rétroaction philosophique », sont au fondement de sa conception de la philosophie non pas comme quelque chose de

¹⁴⁰ P. Hadot, *Exercices spirituels et philosophie antique*, Op. Cit., p. 64

figé mais de toujours en mouvement en évolution permanente, non comme pure pensée mais comme pratique de chaque instant (ou presque, car il serait probablement irréaliste de considérer que chaque instant d'une vie peut être investi d'un effort de conscience et de présence permanent, voir excessif de le rechercher. Comme nous l'avons dit, il est des moments ou des situations qui ne l'appellent peut-être pas, voir ne le méritent pas ou n'en ont pas besoin). Pierre Hadot fait, selon la formule de Balaudé, « un usage philosophique de l'histoire de la philosophie »¹⁴¹.

De plus, Pierre Hadot, tout en étant un personnage discret, ne se cache pas de l'influence de sa vie et de la communication entre sa vie personnelle et ses recherches. Elles ne sont pas dans deux cases séparées l'une de l'autre, le chercheur et philosophe ne quitte jamais l'homme tout comme l'homme dans son quotidien ne met pas à part ses intérêts de chercheurs. Cette posture n'est pas des plus répandues. Hadot a souvent rappelé ce que Thoreau écrivait : « il y a de nos jours des professeurs de philosophie, mais pas de philosophe. » S'il a été professeur, il a aussi toujours essayé d'être lui-même philosophe, revendiquant lui-même la pratique d'exercices spirituels, une recherche de la philosophie non seulement dans son travail mais aussi dans sa vie. C'est peut-être la revendication

Venu de la prêtrise dont il est ressorti, entré dans la philosophie par une voie peu classique, celle de la mystique, ayant aussi travaillé de ses mains (comme Cléanthe, souligne Arnold. I. Davidson¹⁴²), faisant un travail non seulement de philosophe mais aussi d'historien et de philologue, il est difficile de mettre Pierre Hadot dans une case. Cependant, pour Balaudé, la meilleure manière d'exprimer

¹⁴¹ « Reste à user philosophiquement de l'histoire de la philosophie », J-F. Balaudé, « Rétroaction philosophique : Pierre Hadot, les anciens et les contemporains » in *Pierre Hadot, l'enseignement des antiques, l'enseignement des modernes, Op. Cit.*, p. 38

¹⁴² P. Hadot, *La philosophie comme manière de vivre, Op. Cit.*, 35

cette atonie n'est pas en rapport avec l'enchevêtrement de ces différents domaines, mais dans une dimension temporelle : Pierre Hadot est inactuel. Son rapport à la philosophie n'est pas dans l'air du temps, ses travaux eux-mêmes naviguent entre les écoles antiques, Wittgenstein, Bergson, Sartre, mais aussi Rousseau, ou encore Plotin. Cette inactualité vient peut-être de cette naïveté, elle-même très inactuelle dans une perspective contemporaine en philosophie, parce que la naïveté est considérée comme le propre de l'enfance, de l'inexpérience, voire de l'erreur, il est déroutant de la trouver élevée en vertu philosophique. Pourtant, ce qui règne chez Pierre Hadot, c'est bien l'exigence de la simplicité, la simplicité comme vertu. Dans la lecture, dans l'écriture, et dans la vie, parce qu'elle permet l'émerveillement, et qu'elle rend accessible, disponible aux expériences qu'elle offre la vie.

Conclusion

Ce serait se tromper que d'attribuer l'intérêt de Pierre Hadot pour la mystique à son expérience du sentiment océanique. Comme il le signale lui-même, les deux ont longtemps été pour lui dissociés. Cependant, ce serait sous-estimer les liens qui existent entre la vie intime et l'intérêt scientifique de s'en remettre uniquement à la contingence pour expliquer la proximité des thèmes qui les animent. Plutôt que de chercher à expliquer la recherche par l'expérience, ou l'expérience par la recherche, au lieu de se demander si c'est plutôt la vie qui dépend d'une doctrine ou l'attrait philosophique qui dépend de la vie, contentons-nous de d'observer que les deux ont pour racine commune une grande ouverture à la vie et au monde, et puisent leur source dans la même sensibilité.

Il serait possible de conclure en disant qu'il y a toujours un enseignement à tirer de la lecture, et qu'un bon philosophe est avant tout un bon élève, c'est-à-dire quelqu'un qui pratique la lecture comme un exercice, afin de s'entraîner à la vie. Cependant, s'arrêter à cette remarque serait omettre ce que Pierre Hadot tient tant à rappeler à ses lecteurs : que la philosophie vient puiser dans la vie sa matière, qu'elle est fondée sur elle. Elle n'est pas quelque chose de flottant, d'immanent, ni pur concept, et le sentiment a quelque chose à voir avec elle. En effet, elle part de cette émotion première et primaire face au monde, et de ces questionnements naïfs : « que suis-je, qui suis-je, qu'est-ce que ce monde dans lequel je vis ? ». Elle n'est pas nécessairement une réponse doctrinale face à ces questions mais son

cheminement est accompagné par elles. Dire que la philosophie est dans la vie, c'est d'une part considérer qu'elle peut jouer un rôle d'aide à vivre, mais c'est aussi la conviction profonde que la philosophie est liée à comment on vit, qu'elle ne fait de sens qu'en rapport avec cette même vie, et affirmer la croyance qu'il est possible de s'améliorer, de s'éduquer soi-même.

Cependant, Pierre Hadot ne construit pas une théorie de ce que doit être la philosophie, il ne construit pas un de ces systèmes normatifs dont il se méfie. Mais il rappelle les essentiels, les fondements, et ce qui peut aussi constituer des écueils ou des impasses, car si la philosophie est trop éloignée de la vie vécue, elle nous éloigne de nous-même. Contrairement à ce que l'on pourrait croire, « toute son écriture nous oblige à détourner les yeux d'une quelconque tutelle, toute son écriture nous oblige à ne pas céder à la tentation d'une philosophie édifiante ou magistrale qui nous dicterait comment vivre. »¹⁴³. A l'inverse de la grandiloquence que peuvent sembler impliquer des thèmes comme la mystique, la transformation de soi, le vivre en philosophe, le fait d'être au monde et le mystère qui l'accompagne, l'attitude que prône Pierre Hadot face à eux est la naïveté, la simplicité, l'humilité, et la joie. C'est cette même attitude que ses travaux nous font parvenir de lui. Alors laissons-le conclure :

L'essentiel, à mes yeux, c'est que l'action et le sentiment soient considérés, au fond, comme une partie intégrante de la philosophie.¹⁴⁴

¹⁴³ J-L. Moriceau, « Le projet philosophique de Pierre Hadot : faire aimer de vieilles idées », V. Le Ru (dir.), *Pierre Hadot. Apprendre à lire et à vivre*, Reims, Editions et Presses Universitaires de Reims, 2014, p. 74

¹⁴⁴ P. Hadot, « Mes exercices spirituels par Pierre Hadot », *Op. Cit.*

Annexe

Tableau récapitulatif des principales interventions de Pierre Hadot
relatives à ses expériences du sentiment océanique

<u>Interventions</u>		<i>La Philosophie comme manière de vivre</i> , pp. 23-25	« Hadot le mystique sauvage », <i>Libération</i> , 8 avril 2004	« Mes exercices spirituels, par Pierre Hadot », <i>Le Nouvel Obs</i> , 10 juillet 2008	Préface <i>La philosophie comme thérapie de l'âme</i> , André-Jean Voelke, p. VII
<u>Caractéristiques</u>					
Nombre d'expériences		2 expériences majeures spontanées Exp(1) et Exp(2) + peut-être d'autres similaires reproduites/ recherchées -> pas certain que ce soit sentiment océanique à proprement parler mais peut-être plutôt recherche du sentiment océanique (3) + « plusieurs » autres -> « je l'ai éprouvée plusieurs à nouveau, plusieurs fois » (4)	Deux expériences Exp(1) et Exp(2)	Deux expériences Exp(1) Exp(2) « l'expérience bouleversante que je fis, deux fois de suite »	X
Epoque	Exp(1)	Jeunesse, adolescence	« A l'âge de l'adolescence »	« à l'âge de 12 ou 13 ans »	X

		(époque Petit Séminaire)			
	Exp(2)	[supposé, car semble proche dans le temps de l'exp(1)] Jeunesse, adolescence (époque Petit Séminaire)	« A l'âge de l'adolescence »	« à l'âge de 12 ou 13 ans »	X
	Exp(3)	Adolescence, après premières expériences du sentiment océanique	X	X	X
	Exp(4)	« plus tardives »	X	X	En 1990
Cadre	Exp(1)	« dans la rue Ruinart, sur le trajet du Petit Séminaire à la maison de mes parents [...] La nuit était venue, les étoiles brillaient dans le ciel immense. »	« C'est en regardant les étoiles »	« un soir d'hiver en voyant le ciel étoilé »	
	Exp(2)	« dans une chambre de notre maison »	X	X	X
	Exp(3)	« Mettant le dos sur l'appui de la fenêtre, je regardais vers le ciel la nuit »	X	X	X
	Exp(4)	« devant le Lac Majeur à Ascona, ou en voyant la chaîne des Alpes depuis la rive du Léman à Lausanne ou depuis Salvan dans le Valais »	X	X	« Lors d'un séjour à Lausanne [...] dans l'hôtel où je logeais, presque au bord du lac Léman. La

					<p>chaîne immaculée des cimes se dessinait en face de nous sur le ciel bleu. »</p> <p>« Nous étions assis tous près de l'eau. » p. VII</p>
Contenu	Exp(1)	<p>« j'ai été envahi par une angoisse à la fois terrifiante et délicate, provoquée par le sentiment de la présence du monde, ou du Tout, et de moi dans ce monde. En fait je n'étais pas capable de formuler mon expérience, mais, après coup, je ressentais qu'elle pouvait correspondre à des questions comme : « Que suis-je ? »</p> <p>« Pourquoi suis-je ici ? »</p> <p>« Qu'est-ce que ce monde dans lequel je suis ? »</p> <p>J'éprouvais un sentiment d'étrangeté,</p>	<p>« je ressentis, d'une manière à la fois délicate et angoissante, l'étrangeté du fait que je sois là, moi, dans le monde. »</p>	<p>« Brusquement, j'eus une impression d'étrangeté et je fus envahi par une angoisse à la fois terrifiante et délicate. Je m'étonnais d'être moi, d'être là dans ce monde immense et inconnu, dont j'étais une partie. »</p>	<p>« J'éprouvais à ce moment-là cette émotion indicible qui peut parfois nous envahir, lorsque, subitement, nous avons l'impression de contempler le spectacle du monde pour la première fois. » p. VII</p>

	l'étonnement et l'émerveillement d'être là. En même temps, j'avais le sentiment d'être immergé dans le monde, d'en faire partie, le monde s'étendant depuis le plus petit brin d'herbe jusqu'aux étoiles. Ce monde m'était présent, intensément présent. [...] prise de conscience de mon immersion dans le monde, cette impression d'appartenance au Tout»			
Exp(2)	Similaire à Exp(1) « Dans les deux cas »	X	X	X
Exp(3)	« en ayant l'impression de me plonger dans l'intensité étoilée »	X	X	X
Exp(4)	Similaire à Exp(1) « Cette expérience a dominé toute ma vie. Je l'ai éprouvée à nouveau »	X	X	X

Bibliographie

Textes cités

BERGSON, Henri, *Les deux sources de la morale et de la religion*, Paris, Presses Universitaires de France, 2013

- *L'énergie spirituelle*, Paris, Presses Universitaires de France, 1990

- *La pensée et le mouvant*, Paris, Presses Universitaires de France, 1990

- *Mélanges*, Paris, Presses Universitaires de France, 1972

BREHIER, Emile (dir.), *Les Stoïciens* vol. II, Paris, Gallimard, 1962

DAVIDSON, Arnold I., WORMS, Frédéric (dir.) *L'enseignement des antiques, l'enseignement des modernes*, Paris, Editions rue d'Ulm/Presses de l'Ecole normale supérieure, 2010

HADOT, Pierre, *Exercices spirituels et philosophie antique*, Paris, Albin Michel, 2002

- *Qu'est-ce que la philosophie antique*, Paris, Gallimard, 2010

- *La philosophie comme manière de vivre. Entretiens avec Jeannie*

Carlier et Arnold I. Davidson, Paris, Albin Michel, 2001

- *Wittgenstein et les limites du langage*, Paris, J. Vrin, 2014

- *N'oublie pas de vivre. Goethe et la tradition des exercices spirituels*, Paris : Albin Michel, 2008

- *La citadelle intérieure. Introduction aux Pensées de Marc Aurèle*, Paris, Fayard, 1997

- *Etudes de philosophie ancienne*, Paris, Les Belles Lettres, 2010

- *Plotin ou la simplicité du regard*, Paris, Plon, 1963

- « Qu'est-ce que l'éthique ? », Entretien avec Sandra Laugier, *Cités* 2001/1 (n° 5)

- « Hadot, le mystique sauvage », interview par Jean-Baptiste Marongiu, 8 avril 2004, *Libération*

- « Mes exercices spirituels, par Pierre Hadot », entretien avec Thierry Grillet, *Le Nouvel Observateur*, 10 juillet 2008

HULIN, Michel, *La Mystique Sauvage : aux antipodes de l'esprit*, Paris, Presses Universitaires de France, 2014

JAMES, William, *Les formes multiples de l'expérience religieuse. Essai de psychologie descriptive*, Chambéry, Exergue, 2001

LAVELLE, Louis, *L'existence et la valeur. Leçon inaugurale et résumées des cours au Collège de France (1941-1951)*, Paris, Collège de France, 1991

LE RU, Véronique (dir.), *Pierre Hadot. Apprendre à lire et à vivre*, Reims, Editions et Presses Universitaires de Reims, 2014,

ROUSSEAU, Jean-Jacques, *Les rêveries du promeneur solitaire*, Paris, Garnier, 1997

SARTRE, Jean-Paul, *La nausée*, in *Œuvres romanesques*, Paris, Gallimard, 1981

VERMOREL, Henri, VERMOREL, Madeleine, *Sigmund Freud et Romain Rolland. Correspondance 1923-1936*, Paris, Presses Universitaires de France, 1993

WITTGENSTEIN, Ludwig, *Tractatus logico-philosophicus*, Paris, Gallimard, 1993

Textes consultés :

BERTRAM, Ernst, *Nietzsche. Essai de mythologie* (Préface de Pierre Hadot), Paris, Editions du Félin, 1990

DAVIDSON, Arnold I., « Exercices spirituels, improvisation et perfectionnisme moral », LORENZINI, Daniele (dir.), *Le travail de la littérature*, Rennes, Presses Universitaires de Rennes, 2012

- « Ethique, philosophie et exercice spirituel », *Europe* n906, 2004

- « Cavell, Hadot et les exercices spirituels de la philosophie », *l'Aventure humaine* n7 1997

DOMANSKI, Juliusz, *La philosophie, théorie ou mode de vie ?* (Préface de Pierre Hadot), Fribourg, Editions Universitaires de Fribourg, 1996

HADOT, Pierre, *Le voile d'Isis. Essai sur l'idée de nature*, Paris, Gallimard, 2004
- *Etudes de patristique et d'histoire des concepts*, Paris, Les Belles Lettres, 2010

JAFFRO, Laurent, « Comment produire le sentiment d'existence ? », PERRIN, Jean-François, CITTON, Yves (dir.), *Jean-Jacques Rousseau et l'exigence d'authenticité*, Paris, Garnier, 2014

LAUGIER, Sandra (dir.), *La voix et la vertu. Variétés du perfectionnisme moral*, Paris, Presses Universitaires de France, 2010

LORENZINI, Daniele, *Ethique et politique de soi. Foucault, Hadot, Cavell et les techniques de l'ordinaire*, Paris, J. Vrin, 2015

MERLEAU-PONTY, Maurice, *Phénoménologie de la perception*, Paris, Gallimard, 1945

- *Eloge de la philosophie*, Paris, Gallimard, 1965

PAVIE, Xavier, *Exercices spirituels. Leçons de la philosophie antique*, Paris, Les Belles Lettres, 2012

- *Exercices spirituels. Leçons de la philosophie contemporaine*, Paris, Les Belles Lettres, 2013

VALABREGUE, Jean-Pierre, Romain Rolland et la métaphore. La solitude de l'homme de vigie, Paris, l'Harmattan, 2011

VOELKE, André-Jean, *La philosophie comme thérapie de l'âme* (Préface de Pierre Hadot), Fribourg, Editions Universitaires de Fribourg, 1993

Emission :

HADOT, Pierre, « La culture de soi », *La vie comme elle va*, 3 janvier 2002, France culture

Remerciements

Je tiens en premier lieu à remercier mon directeur de mémoire, Laurent Jaffro, qui a su entendre mon envie d'étudier Pierre Hadot, mais aussi m'encourager à emprunter ma propre voie pour cela.

Merci à la famille Bourguille, grâce à laquelle cette année a pu se dérouler dans les meilleures conditions possibles, et en particulier à Cyrille, témoin quotidien du fait que, si la philosophie n'est pas exempte de sentiments, la recherche s'accompagne aussi d'émotions fortes.

Merci enfin à Alice et Anne, mes compagnes de route sur le chemin difficile mais toujours merveilleux.