

esercizi di pensiero

collana diretta da

Arnold I. Davidson

cura redazionale di

Marica Setaro

Pensare è un atto conoscitivo, ma anche etico e politico.
Pensare è quindi un esercizio che vuole formare e non soltanto informare.
L'inquietudine degli esercizi di pensiero è l'attività della filosofia stessa.

Questa collana mira a una trasformazione di noi stessi
tramite una serie di esercizi di pensiero.
Il suo scopo è concepito sotto la guida di queste citazioni:

*Il lavoro filosofico è propriamente...
piuttosto un lavoro su se stessi.
Sul proprio modo di vedere.
Su come si vedono le cose.
(E su che cosa si pretende da esse).*

Ludwig Wittgenstein

*Il pensiero è la libertà rispetto a quello che si fa,
il movimento con cui ci si distacca da quello che si fa,
lo si costituisce come oggetto e lo si pensa come problema.*

Michel Foucault

*In ultima analisi, qual è la cosa più utile all'uomo in quanto uomo?
Discorrere sul linguaggio, o sull'essere e il non essere?
Non è piuttosto imparare a vivere una vita umana?*

Pierre Hadot

esercizi di pensiero

collana diretta da

Arnold I. Davidson

1. Derek Bailey, *Improvvisazione. Sua natura e pratica in musica*, prefazione di Arnold I. Davidson, trad. it. di Francesco Martinnelli, 2010, pp. 212.
2. Ian Hacking, *Ontologia storica*, trad. it. di Paolo Savoia, 2010, pp. 362.
3. Pierre Hadot, *l'insegnamento degli antichi, l'insegnamento dei moderni*, a cura di Arnold I. Davidson, Frédéric Worms, trad. it. di Laura Cremonesi, 2012, pp. 124.
4. Albert Ogien, Sandra Laugier, *Perché disobbedire in democrazia?*, trad. it. di Dario Ferrari, 2014, pp. 218.
5. Pierre Hadot, *Studi di filosofia antica*, trad. it. di Laura Cremonesi, 2014, pp. 340.
6. Simone D'Agostino, *Esercizi spirituali e filosofia moderna. Bacon, Descartes, Spinoza*, 2017, pp. 260.
7. Pierre Hadot, *Studi di patristica e di storia dei concetti*, a cura di Arnold I. Davidson, trad. it. di Laura Cremonesi, 2018, pp. 408.
8. Pierre Hadot, *La filosofia come conversione*, a cura e trad. it. di Matteo J. Stettler, 2026, pp. 84.

Pierre Hadot

La filosofia come conversione

a cura di

Matteo J. Stettler

con una prefazione di

Laura Cremonesi e Arnold I. Davidson

traduzione di

Matteo J. Stettler



Edizioni ETS



www.edizioniets.com

© Copyright 2026

EDIZIONI ETS

Palazzo Roncioni - Lungarno Mediceo, 16, I-56127 Pisa

info@edizioniets.com

www.edizioniets.com

Distribuzione

Messaggerie Libri SPA

Sede legale: via G. Verdi 8 - 20090 Assago (MI)

Promozione

PDE PROMOZIONE SRL

via Zago 2/2 - 40128 Bologna

ISBN 978-884677478-1

Prefazione

Le attrazioni della conversione filosofica

Questo volume raccoglie i saggi dedicati da Pierre Hadot alla conversione filosofica: si tratta di quattro testi di diversa natura – una comunicazione a un convegno, una voce per un’enciclopedia e una per un dizionario filosofico, una recensione – redatti tra il 1953 e il 1971, che testimoniano dell’interesse di lunga durata che Hadot ha nutrito nei confronti di questo tema.

L’importanza della conversione come nozione propriamente filosofica appare chiaramente in *Esercizi spirituali* in cui, insieme all’idea di «esercizio», contribuisce a definire la natura della filosofia antica. Essa non era quello che la filosofia è per noi, oggi: un «discorso filosofico», una costruzione di sistemi o di concetti, ma era una maniera di vivere, un atto che implicava la vita, «sconvolgendola»:

È nelle scuole di filosofia ellenistiche e romane che è più facile osservare il fenomeno. Per esempio gli stoici lo dichiarano esplicitamente: per loro la filosofia è un «esercizio». Ai loro occhi la filosofia non consiste nell’insegnamento di una teoria astratta, e meno ancora in un’esegesi di testi, ma in un’arte di vivere, in un atteggiamento concreto, in uno stile di vita determinato, che impegna tutta l’esistenza. L’atto filosofico non si situa solo nell’ordine della conoscenza, ma nell’ordine del «Sé» e dell’essere: è un progresso che ci fa essere più pienamente, che ci rende migliori. È una conversione che sconvolge la vita intera, che cambia l’essere di colui che la compie¹.

Come quella di «ascesi» – dal greco *askesis*, inteso come esercizio di trasformazione di sé – anche la nozione di conversione deve

¹ P. Hadot, *Exercices spirituels*, in *Exercices spirituels et philosophie antique*, Albin Michel, Paris 2002, pp. 22-23; trad. it. *Esercizi spirituali*, in *Esercizi spirituali e filosofia antica*, Einaudi, Torino 2005, pp. 31-32.

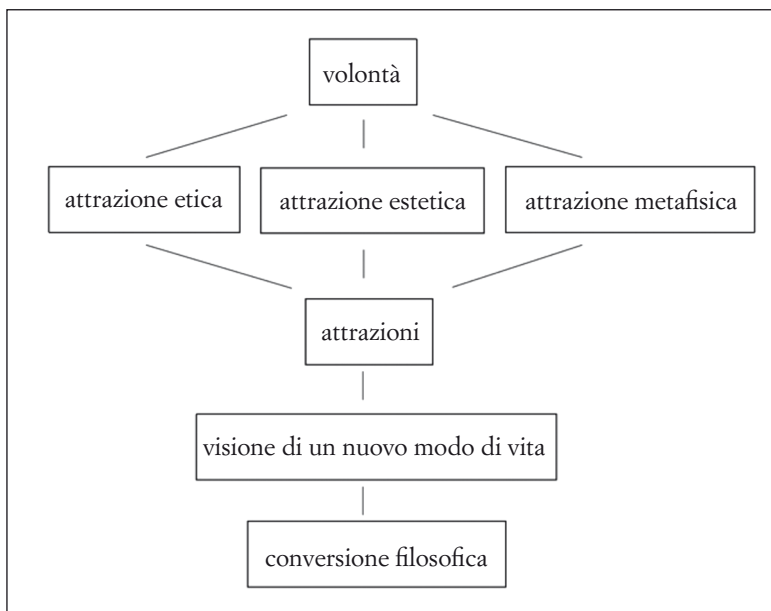
essere ricollocata in un contesto filosofico. Quello che Hadot descrive non è il movimento che J. Cooper sembra scorgere nelle sue opere: la filosofia antica, «in un tempo di crisi per la cultura antica», avrebbe preso in prestito «delle pratiche di devozione quasi-religiose»² dalla religione pagana e da quella cristiana della sua epoca. L'andamento storico delineato da Hadot è inverso: sono gli esercizi spirituali filosofici a traslare nella spiritualità cristiana, dove acquisiranno tonalità e significati nuovi.

Indipendentemente dalla determinazione dell'origine filosofica o religiosa³ dell'*askesis* e della conversione come «sconvolgimento» della vita, il rilievo della riflessione di Hadot risiede nell'averci mostrato il valore filosofico della conversione o, in altri termini, il valore che può avere per noi considerare la filosofia come un atto di conversione.

La conversione filosofica che sconvolge tutta la vita non implica soltanto la ragione ma, forse più importante, coinvolge l'immaginazione e la volontà. Il nostro modo di vita non è più adeguato, ci manca qualcosa. In questo momento tocca all'immaginazione prevedere altri modi di vita. Tuttavia, la visione di un nuovo modo di vita non è sufficiente. Dobbiamo chiederci: è attraente questo modo di vita? Se la volontà non trova il nuovo modo di vita attraente, la conversione è bloccata. Allora, l'immaginazione e la volontà lavorano insieme per creare la visione di un nuovo modo di vita che *vogliamo*, cioè la volontà è attratta da questa visione. Se la volontà esita o rifiuta la visione, la conversione stessa sarà rifiutata. Possiamo schematizzare la conversione così:

² J. Cooper, *Ancient Philosophies as Ways of Life*, in M. Matheson (a cura di), *The Tanner Lectures on Human Values*, vol. 32, University of Utah Press, Salt Lake City 2013, pp. 40-41. «It is true that, as pagan philosophy declined to its death over the last centuries of its existence, Platonist philosophy, in its efforts to remain relevant in an age of spiritual crisis and discontent, borrowed from religion, both pagan and Christian, the sort of devotional exercises that Hadot speaks of». *Ivi*, p. 41.

³ Per Hadot, l'origine filosofica degli esercizi spirituali è un punto importante da sottolineare. Egli prende infatti le distanze dalle letture che suggeriscono una preistoria degli esercizi in «tradizioni magico-religiose e sciamaniche». Gli esercizi di cui Hadot si occupa «sono processi mentali che non hanno più nulla a che vedere con le trance catalettiche, ma, al contrario, rispondono a un rigoroso bisogno di controllo razionale, bisogno che per noi emerge con la figura di Socrate». P. Hadot, *Exercices spirituels*, cit., p. 38, n. 4; trad. it. cit., p. 43, n. 1.



Senza dubbio, per Hadot ci sono sempre delle attrazioni filosofiche e talvolta anche delle attrazioni non filosofiche. In ogni caso, Hadot privilegia le attrazioni che derivano dalle domande e intuizioni della filosofia. Senza queste attrazioni, la conversione nasce già morta.

Due grandi concezioni della conversione – quella dell'*epistrophè*, ritorno all'origine, e quella della *metànoia*, rinascita radicale – si sarebbero «storicamente incontrate, e costituiscono due poli interattivi nella coscienza umana»⁴. La filosofia avrebbe allora inteso se stessa come un atto di conversione, mantenendo in sé queste due polarità. Da un lato essa è *epistrophè*, inversione e ritorno rispetto a un primo movimento di esteriorizzazione, necessario ma pericoloso, che porta l'essere umano a dissiparsi nel mondo delle cose, dimenticando se stesso e la sua origine. Movimento difficile, che richiede uno «strappo [*arrachement*]]»⁵ alla familiarità della vita quotidiana e

⁴ P. Hadot, *Epistrophè e metànoia nella storia della filosofia*, *infra*, p. 45.

⁵ *Ivi*, *infra*, p. 47.

un cambiamento totale della visione del mondo, secondo Hadot ben descritto ad esempio da Husserl e Bergson⁶. Ma la filosofia conserva in sé anche la *metànoia*, la nuova origine radicale, in cui l'essere umano scopre la libertà e il potere di dare inizio: «[l']uomo appare allora come la conversione vivente di sé e del mondo. Egli opera una trasmutazione che alcuni considerano realizzabile tramite la conoscenza e l'arte, diciamo tramite l'*espressione*, [...] mentre altri la concepiscono come una creazione attraverso il *lavoro*»⁷. La dialettica marxiana riflette la compresenza delle due polarità della conversione: ritorno all'essenza e, al tempo stesso, rinnovamento radicale di sé e del mondo.

Per Hadot, sin dall'antichità, la filosofia va dunque intesa come una conversione, secondo l'una e l'altra delle due polarità. Le implicazioni di questa intuizione sono state colte in tutto il loro rilievo da Michel Foucault: lettore attento di *Epistrophè et metànoia dans l'histoire de la philosophie*, che discute in una lezione de *L'ermeneutica del soggetto*⁸, egli fa ricorso all'idea di conversione per definire la cura di sé ellenistica e romana. Tuttavia, per Foucault, la forma che essa assume in questo contesto corrisponde maggiormente a una conversione dello sguardo, un movimento di tutto l'essere che dall'esterno ruota verso il sé, per stabilire una forma completa e stabile di rapporto a sé⁹.

Proprio su questa visione della conversione come movimento verso il sé si concentra la critica di Hadot a Foucault. Sia nella nozione di conversione, sia in quella di ascesi – anch'essa centrale per la definizione foucaultiana della cura di sé – egli porrebbe un accento troppo marcato sul sé, obiettivo primario e unico della conversione, che si ridurrebbe a un lavoro ascetico finalizzato a conferire al sé una certa forma.

È vero, per Hadot, che la conversione filosofica richiede un

⁶ Più tardi, Hadot troverà questo stesso movimento di «strappo» al quotidiano per re-imparare a vedere il mondo anche in Merleau-Ponty: cfr. P. Hadot, *Le sage et le monde*, in *Exercices spirituels et philosophie antique*, cit., pp. 343-360; trad. it. *Il saggio e il mondo*, in *Esercizi spirituali e filosofia antica*, cit., pp. 179-192.

⁷ P. Hadot, *Epistrophè e metànoia nella storia della filosofia*, *infra*, p. 49.

⁸ M. Foucault, *L'herméneutique du sujet. Cours au Collège de France 1981-1982*, Seuil-Gallimard, Paris 2001, pp. 205-209; trad. it. *L'ermeneutica del soggetto. Corso al Collège de France (1981-1982)*, Feltrinelli, Milano 2003, pp. 191-194.

⁹ Cfr. *ivi*, pp. 199-207; trad. it. pp. 183-192.

primo movimento di interiorizzazione, in cui si inverte la dissipazione tra gli oggetti e le forme della vita quotidiana e ci si volge verso il sé. Questo movimento, però, non esaurisce la conversione filosofica:

Penso che questo movimento di interiorizzazione sia indissolubilmente legato a un altro movimento, grazie al quale ci si eleva a un livello psichico superiore, in cui si ritrova un tipo diverso di esteriorizzazione, un'altra relazione con l'esteriorità, un nuovo modo di essere al mondo, che consiste nel prendere coscienza di sé come parte della Natura, come particella della Ragione universale. Non si vive più nel mondo umano, convenzionale e abituale, ma nel mondo della Natura. [...] Ci si identifica così con un «altro» che è la Natura, la Ragione universale, presente in ogni individuo. Si assiste allora a una trasformazione radicale delle prospettive, una dimensione universalistica e cosmica su cui Foucault non ha, a mio parere, sufficientemente insistito: l'interiorizzazione è superamento di sé e universalizzazione¹⁰.

A definire la conversione filosofica è un movimento in cui il sé è superato e dilatato nella natura universale, in un'alterità che lo strappa alla sua dimensione individuale, per farlo accedere alla coscienza cosmica. Come scrive Hadot a proposito di Marco Aurelio¹¹, quando si riesce, grazie agli esercizi spirituali, a vedere il mondo dal punto di vista della natura universale, si acquisirà con esso una nuova familiarità: «tutto diventa familiare all'uomo che identifica la sua visione con quella della natura: non è più uno straniero nell'universo. Nulla lo stupisce, poiché è nella sua patria, "nell'amata città di Zeus". Accetta, ama ogni evento, ossia ogni attimo presente, con benevolenza, gratitudine, pietà»¹². Quello che si vede non è più, però, il mondo come insieme di cose utili, indispensabili alla vita quotidiana; quello che si percepisce adesso è il «mondo in quanto mondo», che si scopre bruscamente, come se lo si vedesse

¹⁰ P. Hadot, *Réflexions sur la notion de "culture de soi"*, in *Exercices spirituels et philosophie antique*, cit., p. 330; trad. it. *Riflessioni sulla nozione di cultura di sé*, in *Esercizi spirituali e filosofia antica*, cit., p. 175.

¹¹ P. Hadot, *La physique comme exercice spirituel ou pessimisme et optimisme chez Marc Aurèle*, in *Exercices spirituels et philosophie antique*, cit., pp. 145-164; trad. it. *Marco Aurelio: la fisica come esercizio spirituale, ovvero pessimismo e ottimismo*, in *Esercizi spirituali e filosofia antica*, cit., pp. 119-133.

¹² *Ivi*, p. 162; trad. it. cit., p. 132.

per la prima volta: per usare un'espressione di Seneca cara a Hadot: «*tamquam spectator novus*»¹³.

Se per conversione filosofica intendiamo questo movimento di universalizzazione che implica una «trasformazione radicale delle prospettive» e del nostro sguardo sul mondo, è possibile dire senza esitazione che, per Hadot, la filosofia può e deve essere ancora una conversione. Oggi, tuttavia, per compiere questo movimento non è forse più possibile ricorrere alla scienza, come facevano la filosofia antica stoica o epicurea, ma è necessario guardare in altre direzioni. Tra queste, Hadot porta la nostra attenzione sulla percezione estetica della natura: ad esempio, quando riflettono sulla loro arte, Klee o Cézanne «non la scindono mai da un'esperienza del mondo del tutto particolare»¹⁴, da un sentimento profondo di appartenenza al tutto che permette di creare le forme artistiche secondo i processi di genesi della natura. Scrive Hadot:

L'esperienza della pittura moderna ci permette quindi di intravedere, in un modo che, in ultima analisi, è filosofico, il miracolo stesso della percezione che ci rivela il mondo. Questo miracolo, però, è percepito soltanto grazie a una riflessione sulla percezione, a una conversione dell'attenzione, attraverso le quali noi cambiamo il nostro rapporto con il mondo, ci stupiamo del mondo, rompiamo la «nostra familiarità con esso, e questa rottura ci insegna soltanto lo scaturire immotivato del mondo». Vediamo allora, in qualche modo, il mondo apparire ai nostri occhi per la prima volta¹⁵.

L'esperienza della «trasfigurazione della vita quotidiana»¹⁶ che si realizza grazie alla presa di coscienza della totalità del mondo è

¹³ In più occasioni Hadot cita questo brano di Seneca, riferito sia alla visione del mondo dal punto di vista della coscienza cosmica, sia alla saggezza, nella loro coincidenza: «Certo io son solito consumare molto tempo nel contemplare la saggezza: la guardo con la stessa meraviglia che talvolta mi invade al cospetto dell'universo, che sovente io osservo come se per la prima volta si aprissero su di esso i miei occhi [*tamquam spectator novus*]». Seneca, *Lettere a Lucilio*, VII, 64, 6, citato ad esempio in P. Hadot, *Le sage et le monde*, cit., p. 353; trad. it. cit., p. 187.

¹⁴ *Ivi*, p. 350; trad. it. cit., p. 184.

¹⁵ *Ivi*, p. 352; trad. it. cit., p. 186. P. Hadot cita M. Merleau-Ponty, *Phénoménologie de la perception*, Gallimard, Paris 1945, p. viii; trad. it. *La fenomenologia della percezione*, Il Saggiatore, Milano 1965, p. 23.

¹⁶ P. Hadot, «*Il y a de nos jours des professeurs de philosophie, mais pas de philosophes ...*», in *Exercices spirituels*, cit., p. 342.

quindi ciò che unisce la filosofia antica alla nostra attualità: essa può essere raggiunta percorrendo molte strade, tra cui figura anche quella della filosofia, che possiamo pensare e praticare ancora oggi come un gesto di conversione dell'attenzione e di tutto il nostro essere.

Laura Cremonesi, Arnold I. Davidson

Indice

Prefazione	
Le attrazioni della conversione filosofica	
<i>Laura Cremonesi, Arnold I. Davidson</i>	5
Nota di traduzione	
<i>Matteo J. Stettler</i>	13
Nota editoriale	
<i>Matteo J. Stettler</i>	19
Introduzione	
Tra noologia e cosmologia: la conversione filosofica secondo Pierre Hadot	
<i>Matteo J. Stettler</i>	23
<i>Epistrophè e metànoia</i> nella storia della filosofia	43
<i>Le problème de la «conversion»</i> di P. Aubin	51
Conversione	57
<i>Conversio</i>	69
Edizioni dei testi antichi	75
Indice degli autori antichi	77
Indice degli autori moderni	79

Edizioni ETS

Palazzo Roncioni - Lungarno Mediceo, 16, I-56127 Pisa

info@edizioniets.com - www.edizioniets.com

Finito di stampare nel mese di settembre 2026