

## EXERCITAÇÃO FILOSÓFICA NOS *ENSAIOS* E A VIA HADOTIANA

**Maria Cristina Theobaldo**

Universidade Federal de Mato Grosso  
E-mail: maria.theobaldo@ufmt.br

**Resumo:** A reflexão montaigniana entendida como exercício filosófico recebe dos greco-latinos sua mais densa matéria e inspiração. Acolhemos a perspectiva interpretativa de aproximar a exercitação filosófica presente nos *Ensaíos* às noções de “exercícios espirituais” e “filosofia como maneira de viver”, que Pierre Hadot (2001, 2002) atribui à filosofia antiga. Em nosso percurso pretendemos: 1. Mapear a noção de “exercícios espirituais”; 2. Investigar, em Montaigne, o modo de operação da sua exercitação filosófica; 3. Inferir justaposições e afastamentos entre a exercitação montaigniana e aquela identificada por Hadot nas escolas helenísticas.

**Palavras-chave:** Montaigne; Hadot; exercitação filosófica; exercícios espirituais.

**Abstract:** Montaignian reflection, understood as a philosophical exercise, receives its densest routes and inspiration from the Greco-Latins. We embrace the interpretative perspective of approaching between the philosophical exercise featured in the *Essays* and the concepts of “spiritual exercises” and “philosophy as a way of life”, which Pierre Hadot (2001, 2002) assign to ancient philosophy. In our path we intend to: 1. Map the concept of “spiritual exercises”; 2. Investigate, in Montaigne, the operational way of his philosophical exercise; 3. Deduce juxtapositions and gaps between the Montaignian exercise and the ones identified by Hadot in the Hellenistic schools.

**Keywords:** Montaigne; Hadot; philosophical exercise; spiritual exercises.

Nos *Ensaíos* de Montaigne [...] vê-se o filósofo procurar praticar os diferentes modos de vida propostos pela filosofia antiga: “Meu ofício, minha arte, é viver.”

Pierre Hadot, *O que é filosofia antiga?*

### 1 Introdução

A perspectiva que toma a reflexão filosófica montaigniana como assemelhada aos procedimentos típicos das escolas helenísticas, alcança com Pierre Hadot (2014, 2016), e seu entendimento sobre as filosofias antigas<sup>1</sup>, um viés

---

<sup>1</sup> É recorrente a pergunta sobre o teor interpretativo dos estudos de Hadot: “Pierre Hadot talvez seja um desses pensadores a partir dos quais pode ser colocada novamente uma questão já velha: a questão da filosofia ela mesma, ou seja, o problema do lugar da filosofia diante, por exemplo, da história, da literatura, da ciência. Poder-se-ia perguntar qual, ou o que é, a filosofia de Pierre Hadot? Essa questão, que pode parecer apressada, talvez tenha um sentido, ou antes um valor metodológico: ela nos mostra que é necessário recuar, com um

interpretativo promissor para alguns movimentos da maneira de filosofar de Montaigne. Interessam-nos, particularmente, as análises que visam aproximar os exercícios terapêuticos das escolas helenísticas com as variadas modalidades de exercícios reflexivos presentes nos *Ensaio*s. Para isso, buscamos estudos que, sensíveis à “onda hadotiana”, exploram em Montaigne a recepção das escolas helenísticas e seus respectivos exercícios. Porém, no que corresponde ao nosso foco principal — a aproximação entre Montaigne, Hadot e os exercícios espirituais — as referências são menos abundantes. Obviamente, o próprio Hadot (2004, 2014, 2016)<sup>2</sup> apresenta vários comentários e propõe interpretar os *Ensaio*s como um modo de fazer filosofia mestiçado aos exercícios espirituais das escolas helenísticas. Entre os trabalhos críticos nessa linha, destacamos três estudos: o de Olivier Guerrier (2002, 2018), a tese de Débora Knop (2012) e o texto de Celso Azar Filho (2013)<sup>3</sup>. Há também algumas referências sobre Montaigne, exercícios espirituais e *parrhesia* pela via foucaultiana em Francis Scott (2013) e em Alexandre Carneiro (2011), mas por agora esse interessantíssimo tema não é nosso objeto.

## 2 Hadot e os exercícios espirituais

O caráter pragmático da filosofia antiga, expresso no vínculo entre o discurso filosófico e a prática de exercícios, para além da linguagem técnica do discurso conceitual (ou estritamente teórico), está diretamente relacionado com práticas de vida, com uma arte de viver (Hadot, 2004, p. 154-62). A ênfase na indissociabilidade entre o discurso e a ação reside na convicção de que o discurso

---

sorriso filosófico, diante da imponência da palavra “filosofia.” (Almeida, 2011, p. 99). Parece-nos que Hadot (2016, p. 179) responde tal pergunta: “Concretamente, os historiadores da filosofia estudam filosofias e obras filosóficas. Quanto a mim, tendo a estudar mais as obras filosóficas do que os filósofos, pois duvido da possibilidade de reconstruir com exatidão corpos e doutrinas filosóficas, ou sistemas. Podemos estudar apenas a estrutura das obras e sua finalidade, o que o filósofo quis dizer nesta ou naquela obra determinada. [...] Quando digo que o filósofo deve sempre permanecer vivo no historiador, quero dizer principalmente que é preciso tentar reviver [...] o procedimento do autor na sua integralidade – tanto o movimento do pensamento quanto, se possível, todas as intenções do autor. O estudo desse procedimento talvez permita que se reconheçam os dois polos da atividade filosófica: o discurso e a escolha de vida. A situação pode ser considerada paradoxal, mas o principal problema que se apresenta ao filósofo, no fim das contas, é saber o que é filosofar.” Hadot (2014) se pergunta sobre os motivos que levam os historiadores da filosofia não se dedicarem “ao fato” de as filosofias antigas se constituírem como artes de viver. “Como explicar a origem desse preconceito?”. Para Hadot, a resposta está no desenvolvimento da filosofia a partir da Idade Média e que se estende na modernidade, no qual o cristianismo teve papel decisivo. O prosseguimento dessa argumentação de Hadot pode ser conferido às p. 272-277. Para uma crítica à proposta hadotiana, particularmente acerca da “adesão” às escolas filosóficas como uma “escolha existencial”, ver John Cooper (2007, 2012).

<sup>2</sup> Hadot, P. *Qu'est-ce que la philosophie antique?*, de 1995 e edições brasileiras em 1999 e 2004. *La philosophie comme manière de vivre*, de 2001, com edição brasileira em 2016. *Exercices spirituels et philosophie antique*, de 2002, com edição brasileira em 2014.

<sup>3</sup> Registro a ausência do estudo de Suzel Mayer, “La conférence, un exercice spirituel?”, publicado em Pierre Magnard et Thierry Gontier (Dir.), 2010, ao qual não consegui acesso. Assinalo, sobretudo, o recente diálogo sobre o tema com Plínio Smith, a quem agradeço as pertinentes provocações e a antecipação do seu manuscrito “Montaigne: une philosophie en action” com publicação para breve.

conceitual por si só não é capaz de formar moralmente o ouvinte ou o discípulo<sup>4</sup>, pois que a transformação “existencial” a ser provocada pela filosofia requer participação ativa, colaborativa e voluntária, requer uma exercitação por parte daquele que a ela se dedica (2004. p. 135, p. 259): “No fundo, seria possível falar da filosofia como de uma elipse, que tem dois polos: um polo de discurso e um polo de ação, exterior, mas também interior, pois a filosofia, diferentemente do discurso filosófico, é também um esforço para se pôr em certas disposições interiores.” (Hadot, 2016, p. 141). Em outras palavras, o discurso filosófico não tem um fim em si mesmo, sua função é apresentar os fundamentos e mobilizar determinada “arte de viver”. Trata-se de uma exercitação que enlaça instrumentos variados — da dialética à retórica — para fazer compreender a relação entre a teoria e a prática filosóficas (Hadot, 2012, p. 25).

Mesmo na sua dimensão teórica<sup>5</sup>, o discurso filosófico antigo carrega uma destinação formativa que se concretiza, por exemplo, na explicitação de um dogma ou conceito chave, por meio do qual, aos poucos, o esforço de esclarecer as implicações ou de sistematizar a doutrina, provoca, no transcurso mesmo dessa atividade, a exercitação e o fortalecimento daquele que nela se empenha (se espanta, se esforça em compreender, organiza o argumento, procura aprender): “[...] a apresentação teórica tem valor de exercício espiritual” (Hadot, 2016, p. 118)<sup>6</sup> e nessa medida é também formadora. Contudo, o fato de o discurso filosófico movimentar pragmaticamente princípios, regras e práticas (a doutrina e os exercícios), que ao final são destinados a persuadir e orientar os discípulos de uma escola, em si mesmo não está sujeito à inquirição ou dúvida. O trabalho de reflexão sobre os fundamentos da doutrina se restringe ao aprimoramento do argumento ou ao esclarecimento das derivações, tarefa reservada aos discípulos em estágio avançado (Hadot, 2012, p. 26-7), sem, sobretudo, anexar interferências no núcleo central do conjunto dogmático da escola.

A filosofia enquanto exercício se faz por meio de “discursos internos” que afetam diretamente a disposição de quem os pratica, e promovem uma dimensão reguladora relacionada à vida prática; e de “discursos externos” — discursos de ensino — também com finalidade prática, que além de expor uma teoria, carregam uma propositura informativa e formativa. É o que ocorre em Platão, em Aristóteles e, exemplarmente, na maiêutica socrática com seu jogo de perguntas e respostas que se desdobram até atingir certo ápice, evitando assim anunciar imediatamente a resposta:

[...] em todos esses casos o filósofo expõe de certa maneira, uma maneira que visa mais formar que informar. [...] Essas voltas e repetições visam primeiramente a ensinar a raciocinar, mas também a fazer com que o objeto da pesquisa acabe por se tornar, como dizia Aristóteles,

---

<sup>4</sup> A esse respeito Voelke (1993) faz a distinção entre a verdade do discurso filosófico e da sua força — seu “poder de agir” — que confere uma dimensão prática e ética à filosofia, compondo as terapias da alma antigas.

<sup>5</sup> Importante fazermos a distinção entre discurso teórico e teorético: “É “teorético” o estudo que não é realizado por um interesse particular, por objetivos materiais.” (Hadot, 2016, p. 129). Ver P. Hoffmann (2016, p. 291-316).

<sup>6</sup> “[...] o discurso filosófico também propõe informações sobre o ser ou a matéria ou os fenômenos celestes ou os elementos, mas visa ao mesmo tempo a formar o espírito, a ensiná-lo a reconhecer os problemas, os métodos de raciocínio, e permitir que a pessoa se oriente no pensamento e na vida.” (Hadot, 2016, p. 119).

perfeitamente familiar e conatural, ou seja, no fim, elas visam a interiorizar perfeitamente o saber. (Hadot, 2016, p. 117)

Na primeira parte de *Exercícios Espirituais* (2014), Hadot se empenha em justificar a opção pelo termo “exercícios espirituais”, distinguindo-o do *exercitium spirituale* cristão (p. 21) e de expressões que até poderiam parecer mais adequadas como “exercícios intelectuais” ou “exercícios éticos”<sup>7</sup>. Porém, a preferência por “exercícios espirituais” é justificada e adquire força ao se tomar a “filosofia não como o ensino de uma teoria abstrata [...]”. O ato filosófico não se situa somente na ordem do conhecimento, mas na ordem do “eu” e do “ser” [...]”. Os exercícios espirituais fazem parte de uma “terapêutica das paixões” que tem por meta a “transformação da maneira de ver e de ser do indivíduo” (2014, p. 22, 23). Desse modo, as terapias do corpo e da alma presentes na filosofia helenística são essencialmente “exercícios espirituais”, articulados em aprendizados: aprender a viver, aprender a morrer, aprender a dialogar, aprender a ler (2014, p. 22-66)<sup>8</sup>.

Os exercícios espirituais espraiam-se, portanto, por toda a filosofia antiga. No epicurismo, mencionado aqui por certa familiaridade, podemos encontrá-los nas memorizações, nas indicações dos exames de consciência ou nos procedimentos para realização do cálculo dos desejos (2016, p. 116). Tais dispositivos, disponíveis aos discípulos em vários formatos, objetivam ora apresentar a doutrina da escola, como na *Carta a Heródoto*, ora facilitar a memorização de preceitos como a compilação de sentenças. Fiquemos com dois exemplos. Na escola epicurista, a função pragmática da filosofia toma como imprescindível o conhecimento da natureza, tal como se observa na *Carta a Pítoclés*: “[...] o conhecimento dos corpos celestes [...] não têm outra finalidade além de assegurar a paz de espírito e a convicção firme [...]” (DL, X, 85). O mesmo objetivo formador está presente em Lucrécio, seja no próprio conteúdo do *Sobre a natureza das coisas*, seja nos elementos retóricos e literários — as metáforas, as analogias e imagens, a sonoridade do poema que induz à memorização, o encadeamento dos assuntos, as recomendações que favorecem a aquisição do conhecimento: “Deixa de, por causa da novidade da ideia, apavorado, a razão expulsar do ânimo, pesa com juízo sagaz, se a ti parecerem verdades, joga as mãos pro alto ou, se falsas, prepara o ataque.” (Lucrécio, II, 1040). Em Epicuro e em Lucrécio as metáforas médicas revelam a função terapêutica da filosofia, que ao proporcionar os conhecimentos da natureza, proporciona, também, alcançar a serenidade. A filosofia, como a farmacologia, pode ser um remédio amargo, mas nem por isso menos necessário<sup>9</sup>. Cabe ao próprio Lucrécio amenizar seu amargor, imprimir dimensão pedagógica e beleza aos ensinamentos filosóficos, é o que propõe realizar na famosa passagem do início do Livro IV do *Sobre a natureza das coisas*:

---

<sup>7</sup> Hadot apresenta um rápido histórico da expressão “exercícios espirituais” reportando-se aos estudos de Louis Gernet, Paul Rabbow e J.-P. Vernant. (2016, p. 115). Sobre o termo “espiritual” e a relação com a filosofia antiga: “[...] essa expressão por si só não transmite minha concepção da filosofia antiga, que é exercício espiritual porque é um modo de vida, uma forma de vida, uma escolha de vida.” (p. 123), ou seja, a escolha de uma maneira de viver entre outras possíveis implica no envolvimento com determinadas práticas – exercícios espirituais e corporais — e requer um quadro discursivo explicativo e normativo, uma “pragmática do discurso filosófico”, segundo Desroches (2011, p. 3).

<sup>8</sup> Para cada um desses objetos de aprendizado Hadot (2014) dedica uma parte do capítulo “Exercícios Espirituais”.

<sup>9</sup> Sobre a interface entre filosofia helenística e medicina, ver J. Salen (1994, p. 10-5), A.-J. Voelke (1995), M. C. Nussbaum (2003) e J. Pigeaud (1989).

Isso contudo não sem nenhuma razão eu conduzo; como quando à crianças os médicos tétrico absinto tentam administrar, primeiro em volta da taça passam na borda o líquido mel [...] E eu assim, já que tal razão para muitos parece desagradável, aos nunca por ela tocados, e afasta-se horrorizado o vulgo, quis com um suaviloquente piério poema expor essa nossa filosofia e, como se contivesse mel adoçado das musas, te segurar o espírito com aquilo que exponho em nossos versos até que exaurisses com perspicácia toda a natura das coisas e dela tire proveito. (Lucrécio, IV, 15, 20)

Todos esses aspectos conformam à escola epicurista, e similarmente nas demais escolas helenísticas, uma “maneira de viver” filosófica que é fruto e se alimenta de um suporte teórico, a canônica da escola, e outro prático, os exercícios espirituais: “A reflexão teórica segue determinado sentido graças a uma orientação fundamental da vida interior, e essa tendência da vida interior se define e toma forma graças à reflexão teórica.” (Hadot, 2016, p. 134) Uma verdadeira educação filosófica não dispensa nem um e nem outro desses polos da filosofia.

A filosofia que congrega teoria e prática conseguiu se estender para além dos antigos, mas não sem percalços. Segundo Hadot (2004), a filosofia cristã manteve a influência dos discursos filosóficos antigos, entretanto deles alijou os modos de vida que os acompanhavam, fator este que tomou relevância quando da constituição das universidades:

essa representação de uma filosofia reduzida a seu conteúdo conceitual sobreviveu até nossos dias: pode ser encontrada cotidianamente tanto nos cursos universitários como nos livros didáticos de qualquer nível. Poder-se-ia dizer que é a representação clássica, escolar, universitária, de filosofia. Inconscientemente ou conscientemente, nossas universidades são sempre as herdeiras da “Escola”, isto é, da tradição escolástica. (p. 362-3)<sup>10</sup>

Como uma maneira de viver que abarca certa exercitação espiritual, a filosofia resiste e pode ser percebida, certamente com inúmeras variações, ainda no medievo e até mesmo, para Hadot, nos nossos dias (2004, p. 356-357). São instituições e filósofos que “[...] permaneceram fiéis à dimensão existencial e vital da filosofia antiga” (Hadot, 2004, p. 367): Dante, Petrarca, Erasmo projetam a filosofia para a vida, mesclando a vida filosófica cristã e a vida filosófica dos antigos. Sobretudo, é no Renascimento do século XVI que a maneira das escolas helenísticas, protagonizada aqui por Montaigne, ganha projeção. Sobre Montaigne, Hadot escreve: “Seu itinerário espiritual vai assim levá-lo do estoicismo de Sêneca ao probabilismo de Plutarco, passando pelo ceticismo, para terminar final e definitivamente no epicurismo.” (2004, p. 369)<sup>11</sup>. E mais à frente a

---

<sup>10</sup> Ver também Hadot, 2016 (p. 145ss).

<sup>11</sup> Conferir Hadot, 2016 (p. 146).

recepção da filosofia antiga como uma “atitude concreta e prática” encontrará ecos em Descartes, Kant<sup>12</sup>, Wittgenstein e Merleau-Ponty (2004, p. 380).

Nas próximas linhas seguiremos com Montaigne. Como vimos até aqui, Hadot identifica variados tipos de exercícios agregados às maneiras de viver das filosofias antigas. Tentaremos, então, possíveis inferências entre a exercitação identificada por Hadot nos antigos e a exercitação filosófica em Montaigne, aqui entendida como uma prática reflexiva.

### 3 Montaigne e a exercitação filosófica

Salientamos acima a posição hadotiana, que percebe a filosofia do humanismo renascentista como herdeira das escolas helenísticas e de suas “terapêuticas das paixões”. Montaigne, vimos, é citado por Hadot: o texto dos *Ensaio*s pode ser apreendido como um discurso reflexivo e terapêutico para o próprio Montaigne e para seu leitor. Porém, sem deixar de considerar Hadot<sup>13</sup> e outros como Celso Azar Filho (2013), que entende a linguagem como suporte para o exercício filosófico presente no ensaio<sup>14</sup>, ou mesmo com alguns aspectos da perspectiva crítica de Oliver Guerrier (2002) sobre a escrita e a forma dos exercícios nos *Ensaio*s<sup>15</sup>; não é este o viés que pretendemos explorar. Nosso recorte, já o dissemos, incide sobre a tarefa que Montaigne atribui a filosofia, aplicando-a sempre nos processos reflexivos e, diretamente, na formação do caráter: trata-se da prática filosófica ou de um filosofar como exercício que contribui para o ajuizamento moral. É com essa especificidade que buscamos aproximar a exercitação proposta por Montaigne daquela dos exercícios helenísticos aludidos por Hadot. Neste sentido, entendemos que Montaigne propõe um modo de apropriação da prática reflexiva que resguarda, e também subverte, a exercitação filosófica presente nas artes de viver antigas.

Na expressão “exercício espiritual” hadotiana é importante destacar a própria noção de exercício (*askesis*). As práticas direcionadas ao corpo e à alma consistem em exercícios relacionados à reflexão sobre a consciência de si, do eu e sua ação no presente ou à autoavaliação moral (Hadot, 2004, p. 273-97); seu melhor exemplo é encontrado na figura de Sócrates e no diálogo maiêutico como prática filosófica (2014, p. 38). O exercício dialógico socrático adquire dimensão filosófica e formativa ao promover a escuta da argumentação filosófica e estimular a

---

<sup>12</sup> Enquanto a “[...] filosofia antiga propõe ao homem uma arte de viver; a filosofia moderna, ao contrário, apresenta-se antes de tudo como a construção de uma linguagem técnica reservada a especialista.” (Hadot, 2014, p. 271).

<sup>13</sup> Também Daniel Martin (1977, p. 128) registra a possibilidade de interpretar o “ensaio” como exercício espiritual.

<sup>14</sup> “[...] o ensaio sustenta uma concepção de exercício filosófico com vistas ao bem-viver que toma a linguagem, tanto como meio, quanto como cenário. A escrita é assim considerada, tanto um instrumento de purificação do pensamento que conduz ao aperfeiçoamento do agente e de suas ações, como também o reflexo da atitude correta, apontando em direção ao exterior da linguagem para lhe conferir um valor não apenas terapêutico e\ou formador, mas revelador.” (Azar Filho, 2013, p. 183).

<sup>15</sup> Segundo Guerrier (2002), os exercícios em Montaigne são constituídos a partir da filosofia antiga e depois desconstruídos em suas próprias referências. Os exercícios helenísticos não geram soluções satisfatórias para Montaigne, posição com a qual concordamos se tomarmos, por exemplo, o capítulo “Da diversão”, no qual Montaigne rejeita a solução consolatória epicurista; contudo, como já procuramos mostrar, mais que uma matéria, a exercitação é um modo de filosofar, no caso de Montaigne uma “maneira” muito peculiar. Guerrier afirma: “Mais uma vez, o ensaio em ato altera o modelo teórico do exercício, verificando apenas parcialmente a sua validade. Além disso, a Apologia, repetidas vezes, anunciou a derrota dos “conselhos” da filosofia [...]” (p. 259).

conversação entre discípulo e mestre, e também internamente, de cada um consigo mesmo, conduzindo o participante do diálogo a se voltar para si e examinar a própria consciência (2014, p. 37), trata-se de uma “técnica” para atingir a vida interior. Dessa forma, no entendimento da filosofia como uma terapêutica curativa e como uma maneira de viver, o exercício faz parte do “esforço” para alcançar determinada sabedoria — a tranquilidade da alma, a liberdade interior, a felicidade —, compõe, portanto, um conjunto maior de procedimentos que é estabelecido por uma determinada filosofia em função dos seus fins. A filosofia antiga não se restringe a um corpo teórico, ao seu aspecto discursivo, o que leva Hadot a afirmar que “[...] o discurso sobre a filosofia não é a filosofia” (2014, p. 264), antes, são duas dimensões da filosofia que se fundem numa maneira de viver: a filosofia enquanto corpo teórico e o “filosofar como ação viva” (p. 265). Vejamos como tal exercitação filosófica se projeta nos *Ensaio*s.

Consideramos ser possível distinguir vários tipos de exercícios nos capítulos dos *Ensaio*s: o exercício cético, que pode ser apreendido como um processo depurativo para futuro ajuizamento, é o que temos no capítulo “Da educação das crianças”: “[A] Que ele o faça passar tudo pelo crivo e nada aloje em sua cabeça por simples autoridade e confiança [...]. Que lhes proponham essa diversidade de opiniões; ele escolherá se puder; se não, permanecerá em dúvida.” (I, 26, p. 151\226)<sup>16</sup>; as meditações, como no capítulo “Que o gosto dos bens e dos males depende em boa parte da opinião que temos deles” (I, 14), no qual Montaigne propõe, como nos manuais estoicos, uma consolação e uma preparação para circunstâncias futuras: “Ademais, deve consolar-nos o seguinte: que, por natureza, se a dor é violenta, é curta; se é longa é leve [...] Dificilmente a serás por muito tempo, se a sentes em demasia; ela dará fim a si mesma, ou a ti (I, 14, p. 57\83). Ou mesmo é possível tomar a escrita, a conversação ou a frequência dos livros como práticas do pensar, “exercícios do pensamento”, como propõe Hubert Vincent (2008, p. 59), que destaca os capítulos “Da experiência” (III, 13), “Dos canibais” (I, 31) e “Da educação das crianças” (I, 26) (p. 40-63).

Segundo Débora Knop (2012), a exercitação nos *Ensaio*s tem basicamente duas aplicações: o exercício moral e o intelectual. A exercitação moral se efetiva pela noção de uso (*usus*), pelo contínuo exercício que resulta em um *habitus*<sup>17</sup>, um treinamento que leva ao fortalecimento de uma determinada disposição. É o que encontramos, ainda segundo Knop, no capítulo “Da crueldade”:

Vemos nas almas desses dois personagens [Sócrates e Catão] e de seus imitadores [...] um hábito da virtude tão completo que ela lhes entrou no temperamento. Já não se trata mais de uma virtude penosa, nem de disposições da razão que para mantê-las suas almas precisem enrijecer-se; é a essência mesma de suas almas, é seu jeito natural e habitual. Tornaram-nas assim por uma longa prática dos preceitos da filosofia,

---

<sup>16</sup> Utilizamos a edição brasileira dos *Ensaio*s com tradução de Rosemary Costhek Abílio; e a edição francesa de P. Villey. As letras A, B e C presentes em algumas citações indicam as passagens que Montaigne acrescentou nos capítulos já publicados: “A”, da primeira edição, datada de 1580; “B”, segunda edição, 1588; e “C”, da edição póstuma, datada de 1595. Nas referências aos *Ensaio*s, os algarismos romanos indicam os livros e os arábicos os capítulos e as páginas, cuja primeira referência corresponde à página da edição francesa e a segunda à da brasileira.

<sup>17</sup> Importante registrar a forte participação de Aristóteles na noção de hábito (*habitude*) montaigniana, o que pode ser constatado na passagem citada do capítulo “Da Crueldade” e, igualmente, em outros capítulos como no “Da presunção” (II, 17) ou no “Do arrependimento” (III, 2). Conferir em Francis Goyet (2009, p. 237-259).

tendo estes deparado com uma natureza bela e rica. (Montaigne, II, 11, p. 425\141)

Nesta passagem dos *Ensaaios*, é inevitável retermos a distinção de Hadot (2014, p. 31) acerca dos exercícios epicuristas, que conduzem a alma à serenidade sem a necessidade da constante “tensão” da razão como ocorre entre os estoicos:

a meditação, simples e sábia, não é o único exercício espiritual epicurista. Para curar a alma, é preciso, não como querem os estóicos, exercitá-la para manter-se tensa, mas ao contrário, exercitá-la para se descontraír. Em vez de conceber os males de antemão para se preparar para sofrê-los, é preciso, ao contrário, descolar nosso pensamento da visão das coisas dolorosas e fixar nossos olhares sobre os prazeres. (Hadot, 2014, p. 34)

Em seu estudo, Knop elabora um mapeamento dos exercícios em alguns capítulos dos *Ensaaios* e os classifica em categorias: “a atenção a si mesmo” – II, 12, II, 17; “a leitura” – III, 3, III, 8, III, 12; “o diálogo” – III, 3, III, 8; “a ascese, [...] no sentido de exercícios práticos de privação” – III, 13; “a premeditação da morte, ou preparação puramente intelectual à morte” – III, 5; “a premeditação de outros males: vício, pobreza, doenças” – II, 17, III, 5; “a prática da *sagesse* e da virtude” – I, 11, I, 30; “exercícios dos preceitos da *filosofia*” – I, 26, II, 11 (p. 473-4). No III, 5, por exemplo, temos o exercício que rejeita o “modelo ascético e austero” em vistas à conciliação de uma reflexão moral que contempla o prazer (p. 531-2). Nos capítulos “Da educação das crianças” (I, 26) e “Do pedantismo” (I, 25), Knop localiza pelo menos duas ocorrências relacionadas à exercitação como parte do processo educativo: no “Do pedantismo”, sobre a educação dos gregos e dos lacedemônios, “[...] lá havia uma contínua exercitação da língua; aqui, uma contínua exercitação da alma.” (I, 25, p. 213\143); no “Da educação das crianças”, sobre a conduta, “[...] não hesitemos em fazer que um jovem esteja apto para todas as nações e companhias, e mesmo ao desregramento e ao excesso, se preciso for. [C] Que seu exercício siga o uso.” (I, 26, p. 249\166, 167). Outros exercícios a partir da tópica da aprendizagem podem ainda ser registrados em correlação à infância, no “Da amizade” (I, XXVIII, p. 290\194); à aprendizagem, na “Apologia” (II, 12, p. 465\200); à escola, em “Sobre versos de Virgílio” (III, 5, p. 896\166) e no “Da vanidade” (III, 9, p. 973, 974\282); sobre instrução e “preparação” no capítulo “Da fisionomia” (III, 12, p. 1046\393).

Azar Filho, por sua vez, identifica um método na “forma textual” do ensaio, que ao se constituir como “experiência” e como “revelação da verdade”, mesmo por vezes precariamente, elabora e expressa exercícios:

A. O texto funciona como “memória de papel” (III, 13, 1092C) [...]. B. Ligada ao primeiro exercício [A] está a técnica da pintura como modo de revelação da construção de si e assim da realidade (III, 2, 804 e seq.) [...]. C. A concentração no instante presente, a escrita se desdobrando e se adensando em ritmos e sentidos para revelar, na obra, o cosmos. [...]. D. O aprendizado do equilíbrio no desequilíbrio da variação de costumes, crenças e saberes. [...] E. Os dois exercícios anteriores [C e D], além de buscar esclarecimento sobre os homens e os mundos, visam também ao desenvolvimento de uma capacidade de resistência

psicológica\fisiológica\física [...] (1, 2, 14B) [...] (Azar Filho, 2013, p. 188-9)

Da nossa parte, tomamos o capítulo “Do exercício” (II, 6) em suas primeiras e últimas linhas; o próprio título do capítulo já é sugestivo e também nos ajuda a circunscrever o teor moral da exercitação proposta por Montaigne. O “Do exercício” apresenta uma noção de prudência fortemente marcada por influências aristotélicas e epicuristas<sup>18</sup>, que se manifesta no “ir tão docemente e de uma forma tão suave” (II, 6, p. 377\68) numa experiência. É a “experiência” e o “uso”, e não o “raciocínio e a instrução”, que preparam para a ação e instruem a alma moralmente: “podemos por uso e por experiência, fortalecer-nos contra as dores, a vergonha, a indulgência e outros infortúnios semelhantes” (II, 6, p. 371\59). À experiência é contraposta a assimilação livresca e de fundo doutrinário, ou mesmo uma exercitação austera e vigilante da razão aos moldes estoicos. Mas a experiência por si só também não implica diretamente em aprendizado e reflexão se não estiver acompanhada do autoexame: “cada qual é uma excelente disciplina para si mesmo, contanto que tenha a capacidade de se observar de perto. [...] não é a lição de outrem e sim a minha própria.” (II, 6, p. 377\69). Aqui nos parece corresponder um autêntico exercício prático de reflexão, um “retorno a si mesmo”, um diálogo consigo mesmo na esteira dos diálogos socráticos (ou do *sermo* ciceroniano), a partir da fruição de uma experiência (a queda do cavalo e consequências) tal qual Hadot identifica nos antigos.

A reflexão sobre a experiência (experiência de si), se convertida em exercitação, não se deixa conduzir passivamente. Antes, toma as regras e as rédeas que interferem nas deliberações e as transforma, a nosso ver, no que Tournon (2004, p. 152, 153) denomina de “instância soberana”, capacitando o agenciamento autônomo dos julgamentos e, na sequência, das ações. Essa exercitação resulta em aprendizado e se desdobra em autoconhecimento indispensável para reflexões futuras. Tournon anota uma passagem do “Da experiência” exemplar para o que procuramos demonstrar: “Medito sobre um contentamento, não o afloro; sondo-o e para recolhê-lo curvo minha razão [...]. Encontro-me num estado tranquilo? Há algum prazer que me estimula?” (III, 13, p. 1112\495). Parece-nos que esse excerto representa adequadamente um exercício moral de orientação epicurista na medida em que sugere uma terapêutica da alma coligada ao prazer. Sobretudo, indicamos que para uma efetiva exercitação filosófica à maneira de Montaigne não é suficiente conhecer o discurso filosófico, há a exigência da prática reflexiva. Do ponto de vista discursivo, é importante reter que as condições, os procedimentos e os objetivos da exercitação filosófica não estão filiados a um único conjunto de preceitos ou mesmo a uma única tipificação de exercícios. A exercitação filosófica nos *Ensaio*s está submetida ao “crivo” da dúvida e à prática, “a *askesis* com a *skepsis*” como bem expressou Guerrier (2002, p. 279)<sup>19</sup>.

É neste sentido que Montaigne subverte a exercitação dos antigos, deslocando-a dos modelos fixos e dogmáticos das terapias helenísticas sem deixar de nelas se inspirar. Nos *Ensaio*s, o percurso reflexivo e seus exercícios fazem parte de uma terapêutica cujos modos de aplicação e remédios<sup>20</sup> não estão referenciados por uma

---

<sup>18</sup> Seguimos aqui as indicações de Ullrich Langer (2000).

<sup>19</sup> Ainda sobre exercitação prática, ver o Verbeté *Exercice - “Exercitation”* de Guerrier no *Dictionnaire Montaigne* (2018, p. 698-700).

<sup>20</sup> Entre os helenísticos a cura cética, por exemplo, tem por remédio um modo argumentativo que age como purgativo contra o dogmatismo das filosofias. A cura epicurista tem por

constância ou por uma fidelidade teórica já e sempre estabelecida, eles são contingentes, fortuitos, isto é, tanto a destinação, quanto o suporte da exercitação não estão previamente disponíveis, antes, são selecionados e urdidos conforme as circunstâncias. Assim, se em alguma medida podemos aproximar a exercitação filosófica montaigniana dos modelos de exercícios da filosofia antiga conforme Hadot, qual seja, a partir do entendimento da noção de um discurso filosófico em ato e diretamente voltado para a prática; na outra ponta, a exercitação à maneira de Montaigne digere a diversidade de situações, de usos, de opiniões e de filosofias, destina tudo à dúvida e reelabora o filosofar. Trata-se do “filosofar como ação viva” já mencionado anteriormente (Hadot, 2014, 265). Vale registrar o comentário de Azar Filho (2013) sobre esse ponto, que aqui é assumido como síntese:

O exercício, vulgarmente considerado, depende de sua enunciação como rito, como conjunto metódico de instruções, espécie de receita de bolo; mas o ensaísta coloca em pauta a forma do exercício a partir de sua finalidade. Isto é: se para epicuristas, platônicos, estoicos, etc., a finalidade do exercitar-se é definida de antemão, para o ensaísta, justamente porque o conhecimento é transformação — e tanto no sentido de aperfeiçoamento, quanto como no risco sempre presente de deformação —, finalidades e meios terão que ser reinventados e reavaliados continuamente uns em relação com os outros. (p. 186, 187).

E novamente nos surpreendemos... Exercitar-se com os clássicos sim, mas Montaigne sempre encontra sua maneira de fazê-lo: frente ao circunstancial e à fortuna não bastam “o raciocínio e a instrução” (II, 6, p. 370\59), na companhia dos “humores” dos antigos<sup>21</sup>, mas não apenas com eles, elabora uma exercitação reflexiva autêntica e vital pois nela inclui a própria “experiência” (II, 6, p. 370\59) e ajuizamentos.

## Referências

- ALMEIDA, Fábio F. de, (2011) Pierre Hadot e os exercícios espirituais: a filosofia entre a ação e o discurso. *Revista de Filosofia Aurora*, v. 23, n. 32, Curitiba. p. 99-111.
- AZAR FILHO, Celso M., (2013) Morte e prazer: sobre a noção de exercício em Montaigne. In: PINHEIRO, Marcus R.; ALMEIDA Azar Filho, Celso. M. (Org.). *Neoplatonismo, mística e linguagem*. Niterói: Editora da UFF. p. 165-212.
- CARNEIRO, Alexandre. S., (2011) Exercícios espirituais e *parrhesia* nos *Ensaio*s de Montaigne. *Revista Filosofia Aurora*, v. 23, n. 32. Curitiba.
- COOPER, John, (2007). Socrate et la philosophie comme manière de vivre. *Études platoniciennes*, n. 4. Disponível em: <<http://journals.openedition.org/etudes-platoniciennes/918>>.
- \_\_\_\_\_. (2012) *Pursuits of wisdom: six ways of life in ancient philosophy from Socrates to Plotinus*. Princeton and Oxford: Princeton University Press.

---

remédio nutrir a alma com o conhecimento da natureza e a regulação dos desejos. Conferir em Voelke (1995, p. X, XI).

<sup>21</sup> “[A] É preciso que se impregne dos humores deles [antigos], não que aprenda preceitos. E que, se quiser, esqueça imediatamente de onde os obtém, mas que saiba assimilá-los.” (I, 26, p. 152\227).

- DESROCHES, D., (2011) La philosophie comme mode de vie chez Pierre Hadot. *Encyclopédie de l'Agora, Grandes questions*. Dossier thématique, première version. p. 1-28.
- GOYET, Francis, (2009) *Les audaces de la prudence*. Littérature et politique aux XVIe et XVIIe siècles. Paris: Garnier.
- GUERRIER, Olivier, (2002) *Quand "les poètes feignent": "fantasie" et fiction dans Les Essais de Montaigne*. Paris: Honoré Champion.
- \_\_\_\_\_. (2018) *Exercice – "Exercitation"*. DESAN, P (Dir.). *Dictionnaire Montaigne*, p. 698-700.
- \_\_\_\_\_. (2010) Montaigne, les tours de la "Fantasie". *Camena* n. 8. p. 1-12.
- HADOT, Pierre, (2016) *A filosofia como maneira de viver*. Entrevistas de Jeannie Carlier e Arnold I. Davidson. Tradução de Lara Christina de Malimpensa. São Paulo: É Realizações.
- \_\_\_\_\_. (2014) *Exercícios espirituais e filosofia antiga*. Tradução Flávio Fontenelle Loque, Loraine Oliveira. São Paulo: É Realizações.
- \_\_\_\_\_. (2012) *Elogio da filosofia antiga: aula inaugural de cadeira de história do pensamento*. Tradução Flávio Fontenelle Loque, Loraine Oliveira. São Paulo: Loyola.
- \_\_\_\_\_. (2004) *O que é filosofia antiga*. Tradução Dion Davi Macedo. São Paulo, Loyola.
- \_\_\_\_\_. (2002) *Exercices spirituels et philosophie antique*. Paris: Albin Michel.
- \_\_\_\_\_. (2001) *La philosophie comme manière de vivre*. Paris: Albin Michel.
- HOFFMANN, Philippe, (2016) Pierre Hadot (1922-2010), in memoriam. *Archai*, n. 18. p. 291-316.
- KNOP, Déborah, (2012) *La cryptique chez Montaigne*. Littératures. Université de Grenoble. Français. 579p. Disponível em: <<https://tel.archives-ouvertes.fr/tel-01153672/document>>.
- LAËRTIOS, Diógenes, (1988) *Vida e doutrinas dos filósofos ilustres*. Tradução Mário da Gama Kury. Brasília: Ed. Universitária de Brasília.
- LANGER, Ullrich, (2000) Mourir et agir dans "De l'exercitation". *BSAM*, 8<sup>a</sup> série, n. 17-18.
- LUCRÉCIO, (2022) *Sobre a natureza das coisas*. Tradução, notas e paratextos Rodrigo Tadeu Gonçalves. Belo Horizonte: Autêntica.
- MATHIAS, P., (2000) Montaigne: une philosophie de gai savoir. *Montaigne Studies*, v. XII, n. 1-2. p. 123-136.
- MAYER, Suzel, (2010) La conférence, un exercice spirituel?. In: MAGNARD, P.; GONTIER, T. (Dir.) *Montaigne*. Editions du Cerf.
- MONTAIGNE, Michel de, (1992) *Les Essais*. Ed. P. Villey e V. L. Saulnier. Paris: PUF, 3 v.
- \_\_\_\_\_. (2000, 2001) *Os Ensaios*. Ed. P. Villey e V. L. Saulnier. Tradução Rosemary Costhek Abilio. São Paulo: Martins Fontes, 2000, v. 1 e v. 2; 2001, v. 3.
- NUSSBAUM, Marta C., (2003) *La terapia del deseo: teoría y práctica de la ética helenística*. Barcelona: Paidós Iberica.
- PIGEAUD, Jackie, (1989) *La maladie de l'âme: étude sur la relation de l'âme et du corps dans la tradition médico-philosophique antique*. Paris: Belles Lettres.
- SALEN, Jean, (1994) *Tel un dieu parmi les hommes*. L'éthique d'Épicure. Paris: Vrin. p. 10-15.
- SCOTT, Francis, (2013) The discussion as joust parrhesia and friendly antagonism in Plutarch and Montaigne. In: *The Comparatist*, n. 37. University of North Carolina Press. p. 122-137.

VINCENT, Hubert, (2008) Pratique de la philosophie et mention de soi ou dans quelle mesure Montaigne est-il notre contemporain?. *Cahiers philosophiques*, n. 114, p. 40-63.

VOELKE, André-Jean, (1995) *La philosophie comme thérapie de l'âme. Etudes de philosophie hellénistique*. Préface de Pierre Hadot. 2<sup>a</sup> ed. Saint-Paul Fribourg: Cerf: Academic Press Fribourg.