



Arrien de Nicomédie

# **Le «Manuel» d'Épictète**

*Versions électroniques (ePub, PDF): Les Échos du Maquis, janvier 2011.*

<b>Note sur cette édition électronique</b>	<b>2</b>
<b>Chapitres 1 à 53</b>	<b>3</b>
<b>Chapitre 29 (interpolé)</b>	<b>20</b>

## **Note sur cette édition électronique**

Le «Manuel» d'Épictète n'est pas de la main du philosophe - lequel, comme Socrate, n'a rien écrit -, mais de l'un de ses disciples, Arrien de Nicomédie. Il s'agit d'une sorte de condensé des principaux éléments que l'auteur tire d'un ensemble plus vaste, les «Entretiens», qui sont en fait les notes de cours prises par lui lors des enseignements d'Épictète. Ce condensé s'attarde sur les principes qui doivent servir de guide de vie à celui qui désire devenir «philosophe».

Épictète est né en Phrygie (aujourd'hui, nord-ouest de la Turquie) vers l'an 50 et mort vers 130. Avec Sénèque et Marc-Aurèle, il est l'un des plus célèbres représentants du Stoïcisme dit «impérial».

Cette traduction anonyme a été revue et quelques indications pratiques ont été ajoutées en notes de bas de pages.

On s'entend de nos jours pour affirmer que le ch. 29, que l'on trouve dans certaines éditions du «Manuel», est en fait emprunté aux «Entretiens». Nous l'avons laissé, mais reporté à la fin de l'ouvrage.

Les Échos du Maquis, janvier 2011.

## Chapitres 1 à 53

### I

1. Parmi les choses qui existent, certaines dépendent de nous, d'autres non. De nous, dépendent la pensée, l'impulsion, le désir, l'aversion, bref, tout ce en quoi c'est nous qui agissons; ne dépendent pas de nous le corps, l'argent, la réputation, les charges publiques, tout ce en quoi ce n'est pas nous qui agissons.

2. Ce qui dépend de nous est libre naturellement, ne connaît ni obstacles ni entraves; ce qui n'en dépend pas est faible, esclave, exposé aux obstacles et nous est étranger.

3. Donc, rappelle-toi que si tu tiens pour libre ce qui est naturellement esclave et pour un bien propre ce qui t'est étranger, tu vivras contrarié, chagriné, tourmenté; tu en voudras aux hommes comme aux dieux; mais si tu ne juges tien que ce qui l'est vraiment - et tout le reste étranger -, jamais personne ne saura te contraindre ni te barrer la route; tu ne t'en prendras à personne, n'accuseras personne, ne feras jamais rien contre ton gré, personne ne pourra te faire de mal et tu n'auras pas d'ennemi puisqu'on ne t'obligera jamais à rien qui soit mauvais pour toi.

4. À toi donc de rechercher des biens si grands, en gardant à l'esprit que, une fois lancé, il ne faut pas se disperser en œuvrant chichement et dans toutes les directions, mais te donner tout entier aux objectifs choisis et remettre le reste à plus tard. Mais si, en même temps, tu vises le pouvoir et l'argent, tu risques d'échouer pour t'être attaché à d'autres buts, alors que seul le premier peut assurer liberté et bonheur.

5. Donc, dès qu'une image ou une représentation viendra te troubler l'esprit, pense à te dire à son sujet: «Tu n'es que représentation, et non la réalité dont tu as l'apparence.» Puis, examine-la et soumets-la à l'épreuve des lois qui règlent ta vie: avant tout, vois si cette réalité dépend de nous ou n'en dépend pas; et si elle ne dépend pas de nous, sois prêt à dire: «Cela ne me regarde pas.»

### II

1. Souviens-toi que le désir est tendu vers son objet tandis que le but de l'aversion<sup>1</sup>, c'est de ne pas tomber dans ce qu'on redoute. Si l'on est infortuné en manquant l'objet de son désir, on est malheureux en tombant dans ce qu'on voulait éviter. Donc, si tu ne cherches à fuir que ce qui est dépendant de toi et contraire à la nature, il ne t'arrivera rien que tu aies voulu fuir. Mais si tu cherches à éviter la maladie, la mort ou la misère, tu seras malheureux.

---

<sup>1</sup> *L'aversion doit être comprise ici comme le contraire du désir, comme ce que l'on ne désire pas et/ou que l'on redoute.*