

## CAFE-PHILO à la Maison des Savoirs

### ATARAXIE (tranquillité de l'âme)

#### Citations et références de livres

#### 1. Citations classées par ordre alphabétique des auteurs.

1. **Alain** « *Le bonheur n'est pas le fruit de la paix, le bonheur c'est la paix même.* »
2. **Archambault** « *On ne parvient à la sérénité que lorsqu'on a banni l'espoir de sa vie.* »
3. **Avicébron** « *La patience moissonne la paix, et la hâte le regret.* »
4. **Bernanos** « *Les petites choses n'ont l'air de rien, mais elles donnent la paix.* »
5. **Bosco** « *Peut-être la paix est-elle plus que le bonheur.* »
6. **Bouddha** « *Bonne est l'action qui n'amène aucun regret et dont le fruit est accueilli avec joie et sérénité.* »
7. **Brontë** « *Il est vain de dire que les êtres humains se satisfont de la tranquillité ; ils ont besoin d'action et ils l'inventeront s'ils ne la trouvent pas.* »
8. **Cendrars** « *La sérénité ne peut être atteinte que par un esprit désespéré.* »
9. **Dalaï Lama** « *Le désarmement extérieur passe par le désarmement intérieur. Le seul vrai garant de la paix est en soi.* »
10. **Daumal** « *Ceux qui croient avoir trouvé la paix, ce n'est souvent que par défaut d'amour.* »
11. **David-Néel** « *La paix dans l'agnosticisme, la sérénité dans l'incroyance est un plus haut abri à l'usage d'esprits plus raffinés.* »
12. **Démocrite** « *La tranquillité de l'âme provient de la modération dans le plaisir.* »
13. **Descartes** « *Je ne désire que la tranquillité et le repos, qui sont des biens que les plus puissants Rois de la terre ne peuvent donner à ceux qui ne les savent prendre d'eux-mêmes.* »
14. **Earhart** « *Le courage est le prix que la vie exige pour accorder la paix.* »
15. **Freud** « *L'appareil psychique sert à maîtriser et à supprimer les excitations et irritations d'origine extérieure et interne.* »
16. **Fugère** « *La paix, comme toute métamorphose, exige une adaptation douloureuse à laquelle bien des gens se refusent.* »
17. **Gendron** « *L'or n'est qu'un obstacle à l'épanouissement et à la paix du cœur.* »
18. **Gibran Khalil** « *Vous parlez quand vous cessez d'être en paix avec vos pensées.* »
19. **Grieg** « *La paix n'est pas comparable à un objet précieux qui nous appartient. Il faut toujours la conquérir.* »
20. **Gurganus** « *La sérénité et l'oubli vont parfois de pair.* »
21. **Hobbes** « *Les passions qui inclinent à la paix sont la crainte de la mort, le désir des choses nécessaires à une vie agréable, l'espérance de les obtenir par leur industrie.* »
22. **Hugo** « *Vous voulez la paix : créez l'amour.* »
23. **Jouhandeau** « *La vieillesse apporte une lucidité dont la jeunesse est bien incapable et une sérénité bien préférable à la passion.* »
24. **La Rochefoucauld (de)** « *La constance des sages n'est que l'art de renfermer leur agitation dans le cœur.* »
25. **La Rochefoucauld (de)** « *Quand on ne trouve pas son repos en soi-même, il est inutile de le chercher ailleurs.* »
26. **Lalonde** « *Le silence est la route de la paix.* »
27. **L'Anselme** « *Puisque la mort est la paix éternelle, si tu veux la paix, fais le mort.* »
28. **Lao-Tseu** « *La voie de l'homme sage s'exerce sans lutter.* »
29. **Leon (de)** « *Etre en paix avec soi-même est le plus sûr moyen de commencer à l'être avec les autres.* »
30. **Mann** « *Ce que nous appelons bonheur consiste dans l'harmonie et la sérénité, dans la conscience d'un but, dans une orientation positive, convaincue et décidée de l'esprit, bref dans la paix de l'âme.* »
31. **Marc-Aurèle** « *Qui vit en paix avec lui-même vit en paix avec l'univers.* »
32. **Marc-Aurèle** « *Tu peux, à l'heure que tu veux, te retirer en toi-même. Nulle retraite n'est plus tranquille ni moins troublée pour l'homme que celle qu'il trouve en son âme.* »
33. **Maurois** « *La sérénité est une conquête.* »

## CAFE-PHILO à la Maison des Savoirs

### ATARAXIE (tranquillité de l'âme)

#### Citations et références de livres

34. **Menuhin Yehudi** « *Le silence est une tranquillité mais jamais un vide ; il est clarté mais jamais absence de couleur ; il est rythme ; il est le fondement de toute pensée.* »
35. **Morgan** « *Demeurer immobile, à écouter... c'est la tranquillité de l'axe au centre de la roue... L'axe qui avance avec la roue, mais ne tourne jamais.* »
36. **Murat** « *Être dans le présent est la condition de la paix intérieure.* »
37. **Péguy** « *Le droit ne fait pas la paix, il fait la guerre.* »
38. **Poincaré** « *La paix est une création continue.* »
39. **Saint-Exupéry** « *Je me suis cru perdu, j'ai cru toucher le fond du désespoir et une fois le renoncement accepté, j'ai connu la paix.* »
40. **Sénèque** « *Aussi sûr, aussi dévoué qu'il puisse être, un compagnon d'humeur inquiète et qui geint à tout propos est l'ennemi de notre tranquillité.* »
41. **Sénèque** « *La déception est bien moins pénible quand on ne s'est point d'avance promis le succès.* »
42. **Sénèque** « *Pour qui s'y est préparé et s'y attend le malheur n'a rien de déconcertant.* »
43. **Shakespeare** « *La plaie de la paix, c'est la sécurité, la sécurité sûre d'elle-même.* »
44. **Shakespeare** « *L'eau coule paisible là où le courant est profond.* »
45. **Valéry** « *L'esprit vit de différence. L'écart l'excite, la plénitude le laisse inerte.* »



## 2. Livres disponibles à la Maison des Savoirs :

- ◆ **Apprendre à philosopher avec Epicure / Benoît Schneckenburger.** - Ellipses, 2011 182 EPI\*
- ◆ **Aristote : bonheur et vertus / coordination Pierre Destrée.** - PUF, 2003 182 ARI
- ◆ **De la nature des choses / Lucrèce.** - LGF, 2010 182 LUC
- ◆ **L'estime de soi : s'aimer pour mieux vivre avec les autres / Christophe André, François Lelord.** - O. Jacob, 2011 155.2 AND
- ◆ **Les états d'âme : un apprentissage de la sérénité / Christophe André.** O. Jacob, 2009 155.6 AND
- ◆ **L'euphorie perpétuelle : essai sur le devoir de bonheur / Pascal Bruckner.** Grasset 2000 152 BRU
- ◆ **S'exercer au bonheur, la voie des stoïciens / Gilles Prod'homme.** - Eyrolles, 2008 170 PRO
- ◆ **Le goût du bonheur : au fondement de la morale avec Aristote / Jean Vanier.** - Presses de la Renaissance, 2010 190 VAN
- ◆ **Petit traité des grandes vertus / André Comte-Sponville.** - PUF, 1995 190 COM
- ◆ **Le philosophe nu / Alexandre Jollien.** - Seuil, 2010 120 JOL
- ◆ **Vie et mœurs d'Epicure / Pierre Gassendi.** - Belles lettres, 2006 182 EPI

(\*)Index de classement des livres de la MDS afin de faciliter les recherches

[rose-marie.rigal@ville-agde.fr](mailto:rose-marie.rigal@ville-agde.fr) / [jpcolin@cafe-philosophie.eu](mailto:jpcolin@cafe-philosophie.eu)

Les documents du « Café-Philosophie agathois » peuvent être consultés sur : <http://www.cafe-philosophie.eu/>