Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași

Facultatea de Filosofie și Științe Social-Politice

Școala Doctorală de Filosofie

TEZĂ DE DOCTORAT

EXERCIȚII SPIRITUALE CIORANIENE

(rezumat)

Conducător științific,

Prof. univ. dr. Anton Adămuț

Doctorand,

Gabriel Hălănduț

Iași

2026

CUPRINS

INTRODUCERE 7

CAPITOLUL I: FILOSOFIA CA MOD DE VIAȚĂ 11
Introducere 11
1. **„Grija față de sine” și „exercițiul spiritual”** 12
1.1. Michel Foucault și conceptul de „grijă față de sine” 14
1.2. Pierre Hadot și „exercițiile spirituale” 23
1.3. Hadot în dialog cu Foucault 30
1.4. Critici aduse teoriei lui Pierre Hadot 33
2. **„Exercițiile spirituale” clasice ale filosofiei** 34
2.1. A învăța să trăiești 38
2.2. A învăța să meditezi 39
2.3. A învăța să dialoghezi 39
2.4. A învăța să mori 40
2.5. Conștiința întregului și trăirea prezentului 42
2.6. Exercițiul atenției 43
2.7. Exercițiul lecturii 44
3. ***Eseurile* lui Montaigne, un exercițiu spiritual?** 46
3.1. *Eseurile* și exercițiul de a scrie 47
3.2. Montaigne și exercițiul de a trăi 51
Concluzie 57

CAPITOLUL II: VIAȚA ȘI FILOSOFIA LUI EMIL CIORAN 59
Introducere 59
1. **Blestemul insomniei și drama schimbării limbii** 61
1.1. Nopțile albe de insomnie 61
1.2. „Cămașa de forță” franceză 70
1.3. Inutilitatea filosofiei 75
2. **Luciditatea unei conștiințe tragice** 78
2.1. Luciditate și conștiință 79

2.2. Prozator liric 84
2.3. Un om neom 87
2.4. Un sceptic aparte 90
3. **„Exerciții spirituale" cioraniene?** 94
3.1. Epoca lui Cioran 94
3.2. Specificul filosofiei cioraniene 97
3.3. Cioran și „exercițiul spiritual" 101
Concluzie 105

CAPITOLUL III: EXERCIȚIILE DISPERĂRII 107
Introducere 107
1. **Exercițiul sinuciderii** 109
1.1. Moartea și soluțiile ei 110
1.2. Soluția lui Cioran: sinuciderea 115
1.3. Sinuciderea ca exercițiu spiritual 124
2. **Exercițiul indolenței** 129
2.1. Munca între binecuvântare și blestem 130
2.2. Exercițiul spiritual al depășirii aspirațiilor mundane 136
3. **Exercițiul scrierii** 143
3.1. Scris, comunicare și „cuminecare" 144
3.2. Exercițiul spiritual al scrisului 151
3.3. Limitele scrierii 157
Concluzie 161

CAPITOLUL IV: EXERCIȚIILE BEATITUDINII 163
Introducere 163
1. Exercițiul iubirii 164
1.1. Sursele iubirii cioraniene 166
1.2. Forme ale iubirii în discursul cioranian 172
1.3. Capcana iubirii: imposibilitatea împlinirii 183
1.4. Iubirea ca exercițiu filosofic 189
2. Exercițiul credinței 194
2.1. Între două abisuri 195
2.2. Seducția misticii 200
2.3. Sanctuarul scepticismului 203
2.4. Rugăciunea, exercițiu de convertire 208

3. Exercițiul muzicii.....213
3.1. Șansa unui „muzician ratat”.....214
3.2. Muzica și absolutul.....219
3.3. Transfigurare prin exercițiul muzicii.....221
Concluzie.....227

CONCLUZIE.....229
BIBLIOGRAFIE.....235
1. Surse primare.....235
2. Exegeză cioraniană.....236
3. Filosofia ca mod de viață.....241
4. Literatură conexă.....244
5. Dicționare și enciclopedii.....250
6. Surse digitale.....250

Premise

Această cercetare, intitulată „Exerciții spirituale cioraniene”, pornește de la o întrebare care privește nu doar statutul lui Emil Cioran, ci însăși posibilitatea de a defini filosofia: există un singur mod de a filosofa? Dacă filosofia este redusă la anumite sisteme conceptuale, la formularea unor teze și la construcția unor argumente susceptibile de validare teoretică, atunci Cioran pare să se situeze la marginea filosofiei sau chiar în afara ei. Scrisul său este fragmentar, aforistic și confesiv. Apoi, contradicția reprezintă una dintre formele sale de expresie, iar autorul își exprimă în repetate rânduri neîncredere față de sistem, metodă și pretenția filosofiei de a oferi o imagine coerentă și definitivă asupra realității. Tocmai această dificultate constituie punctul de plecare al cercetării: (auto)excluderea dintr-o anumită formă de filosofie nu înseamnă un refuz automat și necesar al filosofării.

În acest context, teza propune o reconsiderare a operei cioraniene din perspectiva paradigmei filosofiei ca mod de viață. Ipoteza centrală este că filosofia poate fi înțeleasă nu numai ca activitate teoretică, ci și ca practică existențială, ca *exercițiu* prin care subiectul se raportează la sine, la ceilalți și la lume într-un mod nou. Un asemenea pas permite deplasarea accentului de la întrebarea „ce doctrină susține Cioran?” la întrebarea „ce face Cioran cu filosofia și ce face filosofia din el?”. În acest sens, cercetarea urmărește să arate că scrierile cioraniene pot fi citite nu doar ca expresii ale unei gândiri pesimiste, ci ca forme practice de interogare a existenței, în care reflecția, confesiunea, scrisul și anumite atitudini față de viață devin mijloace de confruntare cu disperarea și, în anumite situații, chiar drumul spre beatitudine.

Punctul de sprijin teoretic îl constituie cercetările pe care Pierre Hadot și Michel Foucault le-au făcut îndeosebi asupra filosofiei antice și asupra raportului dintre gândire și transformarea subiectului. La Hadot, conceptul de „exercițiu spiritual” desemnează ansamblul practicilor prin care omul lucrează asupra propriei persoane, modificându-și modul de a privi, de a judeca și de a trăi. La Foucault, chestiunea „grijii de sine” aduce în prim-plan caracterul formativ și etic al raportării la sine. La ambii autori filosofia depășește statutul de discurs despre lume și devine o *practică* prin care subiectul se transformă. Cercetarea utilizează aceste concepte nu pentru a-l integra automat pe Cioran într-o tradiție prestabilită, lucru aproape imposibil, ci pentru a verifica în ce măsură ele pot constitui o cheie hermeneutică adecvată pentru opera și viața sa.

Titlul cercetării, „Exerciții spirituale cioraniene”, trebuie înțeles tocmai în această tensiune, pentru că asocierea dintre Cioran și tradiția exercițiilor spirituale pare paradoxală din

capul locului. Exercițiul presupune mișcare, disciplină, repetiție, orientare și transformare, în timp ce imaginarul cioranian este dominat de oboseală, disperare, insomnie, refuz și negație. În plus, Cioran nu își definește explicit scrisul drept filosofie practică și nu își asumă în mod programatic modelul filosofiei ca mod de viață. Prin urmare, cercetarea nu pornește de la existența unei doctrine cioraniene a exercițiilor spirituale, ci își dorește să probeze posibilitatea de a reconstrui, retrospectiv și hermeneutic, anumite practici care îndeplinesc funcții comparabile cu cele ale exercițiilor spirituale din filosofia clasică.

Această precizare este esențială pentru metodologia lucrării pentru că nu urmăresc construirea artificială a unui sistem, ci identificarea unui fir interpretativ capabil să lege texte, experiențe și atitudini aparent disparate. Întrucât Cioran a scris intenționat împotriva sistemului, orice interpretare sistematică riscă să presupună o coerență care nu aparține autorului. Totuși, această situație se poate transforma într-o condiție de lectură: fără a urmări reconstrucția unui sistem, am căutat să identific acele practici recurente prin care viața și scrisul se influențează reciproc.

În acest sens, acele episoade biografice pe care le-am prezentat devin relevante numai în măsura în care ilumineză apariția unor forme de experiență care vor deveni ulterior teme, gesturi sau exerciții ale gândirii. Relația dintre viață și operă este, astfel, una de reciprocitate: experiența alimentează scrisul, iar scrisul reorganizează experiența. Cioran nu propune o teorie a vieții din exteriorul vieții, ci scrie din interiorul propriilor neliniști. În consecință, opera poate fi privită ca un loc în care experiența este interpretată, transformată și, uneori, făcută suportabilă.

Un al doilea obiectiv al cercetării îl constituie reconsiderarea statutului filosofic al lui Cioran. Nu se urmărește stabilirea unei etichete definitive, ci testarea posibilității de a-l considera filosof în sensul unei tradiții în care filosofia este inseparabilă de transformarea celui care filosofează. În acest cadru, absența unei doctrine sistematice nu reprezintă în mod necesar un argument decisiv împotriva statutului filosofic. Dimpotrivă, dacă filosofia este definită prin exercițiul asupra propriei vieți, atunci merită cercetate practicile prin care Cioran își asumă, suportă și gestionează existența.

Cercetarea este structurată în patru capitole. Primele două au o funcție predominant analitică și urmăresc fundamentarea cadrului conceptual și înțelegerea raportului dintre viață și filosofie la Cioran. Ultimele două au un caracter predominant hermeneutic și urmăresc identificarea unor exerciții spirituale cioraniene. Acestea din urmă sunt grupate în funcție de

două direcții fundamentale: exercițiile disperării, prin care existența devine suportabilă, și exercițiile beatitudinii, prin care subiectul încearcă să transfigureze starea sa obișnuită. Sigur, această structură nu trebuie înțeleasă ca o separație rigidă. Disperarea și beatitudinea nu sunt două stări complet independente, ci doi poli între care se desfășoară experiența cioraniană, și nu numai. Exercițiile disperării pregătesc sau fac posibilă supraviețuirea, în timp ce exercițiile beatitudinii indică posibilitatea unei treceri. Între cele două există o tensiune permanentă, iar tocmai această încordare conferă unitate unei opere care se dezice în mod explicit de orice formă de unitatea sistematică.

Filosofia ca exercițiu spiritual și mod de viață

Primul capitol stabilește cadrul conceptual al întregii cercetări. Problema de la care am pornit este dificultatea de a defini filosofia exclusiv prin activitatea teoretică. O asemenea definiție riscă să excludă o parte importantă a tradiției filosofice, în special practicile prin care filosofia a fost trăită ca formare, convertire și transformare a subiectului. În această paradigmă, întrebarea filosofică nu este separată de întrebarea privind modul de viață. A filosofa înseamnă nu numai a formula răspunsuri, ci și a învăța să vezi, să judeci, să dorești și să acționezi într-un alt mod.

Pierre Hadot oferă unul dintre cele mai importante repere pentru această reconsiderare. Conceptul de „exercițiu spiritual” permite înțelegerea filosofiei ca activitate orientată spre transformarea persoanei. Exercițiul nu este un simplu antrenament intelectual, ci o practică prin care omul își modifică raportarea la sine și la lume. El poate implica meditația, examinarea de sine, anticiparea anumitor evenimente, rememorarea, schimbarea perspectivei sau disciplina dorințelor. Important este faptul că rezultatul urmărit nu este acumularea de informații, ci formarea unui anumit mod de a exista.

Michel Foucault completează această perspectivă prin analiza „grijii de sine”. În acest model, subiectul nu este dat o dată pentru totdeauna, ci se constituie prin practici. A te îngriji pe tine înseamnă a desfășura o activitate asupra propriei persoane, a-ți examina viața în mod constant, a-ți forma anumite deprinderi și a da importanță raportului cu adevărul. Astfel, dimensiunea etică a filosofiei este inseparabilă de un proces de subiectivare. Filosofia nu este doar ceea ce se spune despre viața bună, ci și ceea ce omul face pentru a deveni capabil să trăiască într-un anumit fel.

Deși au multe asemănări, teoriile lui Hadot și Foucault nu coincid, dimpotrivă, între cei doi există diferențe de accent și de interpretare. Totuși, am ales să fac apel la ambele teorii deoarece amândoi permit construirea unei premise comune: gândirea filosofică poate avea un efect transformator asupra celui care o practică. Această premisă este decisivă pentru lectura lui Cioran, deoarece deplasează analiza de la conținutul propozițiilor sale către funcția pe care scrisul și reflecția o îndeplinesc în existența autorului.

Mai departe am arătat că exercițiul spiritual poate fi definit prin câteva trăsături convergente. El pornește de la experiență, trece prin reflecție, imaginație și sensibilitate și revine asupra vieții pentru a o modifica. Prin urmare, exercițiul descrie o mișcare circulară între viață și gândire. Experiența furnizează materia reflecției, iar reflecția nu rămâne la nivel abstract, ci se întoarce asupra experienței. În această mișcare, subiectul nu este doar informat, ci format. Caracterul etic al exercițiului derivă tocmai din această orientare spre transformarea conduitei. Nu orice reflecție asupra sinelui constituie automat un exercițiu spiritual. Pentru a putea fi considerată astfel, ea trebuie să producă sau să urmărească o modificare a modului de a trăi. Exercițiul presupune repetare și practică; el nu se epuizează în formularea unei idei. De aceea, filosofia ca mod de viață implică o anumită disciplină a existenței, chiar și atunci când această disciplină nu se prezintă sub forma unor reguli explicite.

Această definiție face posibilă trecerea de la Antichitate la Modernitate. De altfel, un element important al cercetării urmărește să arate că exercițiul spiritual nu este o practică limitată istoric la școlile antice, ci una continuă ce poate fi regăsită de-a lungul întregii istorii culturale, chiar dacă forma și conținutul se pot modifica.

Prezentarea acestor modele are rolul de a evita o interpretare prea îngustă a exercițiului spiritual. Dacă acesta ar fi asociat exclusiv cu practicile explicite ale Antichității, aplicarea unui astfel de model hermeneutic la Cioran ar fi imposibilă. Dimpotrivă, tocmai continuitatea istorică arată că filosofia poate păstra funcția de formare chiar și atunci când își schimbă vocabularul și formele de expresie. Modernitatea nu elimină în mod necesar filosofia ca mod de viață, ci o reconfigurează. În acest punct, figura lui Michel de Montaigne, un autor pe care l-am adus în atenție cu scopul de a întări această teză, devine relevantă ca punte către modernitate. *Eseurile* sale transformă experiența personală, examinarea de sine și observarea vieții cotidiene în materie filosofică. Montaigne nu construiește un sistem în sens clasic, iar valoarea scrisului său rezidă tocmai în apropierea dintre viață și reflecție. În acest sens, el constituie un precedent

important pentru înțelegerea unui autor precum Cioran, pentru care scrisul la persoana întâi, fragmentul și confesiunea reprezintă forme fundamentale de filosofare.

Prin urmare, primul capitol stabilește o definiție operațională a filosofiei ca mod de viață. Filosofia este înțeleasă ca o activitate care implică subiectul în totalitatea sa și care urmărește o transformare a modului său de a exista. Exercițiul spiritual reprezintă forma concretă a acestei transformări. Această perspectivă nu elimină dimensiunea teoretică a filosofiei, ci o așază într-un raport mai larg cu viața. Tocmai această extindere a conceptului de filosofie va permite, în capitolele următoare, investigarea lui Cioran.

Al doilea capitol analizează relația dintre viața lui Emil Cioran și opera sa. Demersul nu urmărește redactarea unei biografii și nici reducerea ideilor la cauze biografice. Miza este identificarea acelor experiențe care au contribuit la configurarea unei anumite forme de raportare la existență și care pot fi urmărite ulterior în scrierile autorului. Am utilizat astfel biografia ca instrument hermeneutic, nu ca substitut al interpretării filosofice. Contextul socio-cultural în care Cioran s-a format este important pentru înțelegerea sensibilității sale. El aparține unei generații de intelectuali români preocupate de recuperarea decalajului cultural și de integrarea culturii române în spațiul european. În cazul lui Cioran, această preocupare se întâlnește cu o experiență radicală a crizei, cu neîncrederea în proiectele colective și cu o raportare intensă la problema destinului individual. Aceste elemente nu explică exhaustiv opera, dar contribuie la conturarea cadrului în care ea trebuie citită.

Un loc central îl ocupă experiența insomniei. Cioran o descrie ca pe o criză existențială care modifică raportarea la timp, la corp și la lume. Omul care nu poate dormi este lipsit de posibilitatea uitării și a suspendării temporare a conștiinței. Continuitatea forțată a lucidității transformă noaptea într-un spațiu al confruntării cu propriile gânduri și cu caracterul problematic al existenței.

Din această experiență se dezvoltă ceea ce cercetarea numește conștiință tragică. Luciditatea nu aduce liniște, ci poate deveni o formă de suferință. Cioran descoperă o disproporție între capacitatea conștiinței de a vedea și capacitatea vieții de a suporta ceea ce este văzut. Disperarea poate fi astfel înțeleasă ca o ruptură produsă de avansul gândirii în raport cu viața. Cu cât omul devine mai lucid, cu atât este mai dificil să se abandoneze iluziilor care fac existența suportabilă. În etapa pariziană, această conștiință tragică este asociată și cu termenul *cafard*, care desemnează o stare de apăsare, de gol și de angoasă greu de circumscris. Important

pentru cercetare este faptul că aceste stări nu rămân simple teme literare. Ele devin condițiile din care se nasc anumite practici. Scrisul, indolența și meditația asupra sinuciderii apar ca răspunsuri la o situație existențială concretă.

Cioran și *exercițiile spirituale*

Aplicarea conceptului de *exercițiu spiritual* la Cioran trebuie făcută cu prudență. Dacă exercițiul clasic presupune, de regulă, o orientare explicită spre formare și către un anumit ideal de înțelepciune, exercițiul cioranian pornește de la o experiență a eșecului, a rupturii și a imposibilității. Cioran nu oferă un program de transformare și nu își asumă poziția unui maestru. Din acest motiv, exercițiile sale sunt, în multe privințe, exerciții „negative": ele nu conduc direct spre un model de perfecțiune, ci permit subiectului să traverseze o stare de criză.

Această diferență este decisivă pentru interpretare. Exercițiile cioraniene nu trebuie măsurate prin conformitatea lor cu un model antic, ci prin funcția pe care o îndeplinesc în economia existenței autorului. Ele sunt practici prin care o experiență-limită este articulată, suportată și, uneori, transfigurată. În acest sens, scrisul lui Cioran poate fi considerat un exercițiu de reîntregire a unui om fragmentat de pasiuni, obsesii și griji.

De aici rezultă și criteriul de selecție al exercițiilor analizate în ultimele două capitole ale lucrării. Bineînțeles, nu am considerat exerciții spirituale toate temele întâlnite în opera lui Cioran, ci m-am oprit la acele atitudini și practici care implică o revenire asupra propriei existențe și o anumită transformare a raportului cu aceasta. Exercițiile sunt împărțite în două categorii: cele ale disperării, care fac posibilă suportarea vieții, și cele ale beatitudinii, care indică posibilitatea depășirii stării obișnuite.

Astfel, în cel de-al treilea capitol am vorbit despre *sinucidere*, *indolență* și *scris*, teme și atitudini recurente la Cioran, pe care le-am catalogat drept exerciții spirituale *ale disperării*. Deși autorul nu le definește în acești termeni și nici măcar nu le asociază cu filosofia, de care spune în repetate rânduri că s-a dezis, am încercat să demonstrez că practicarea acestora, mai ales la nivel teoretic și ideal, a reprezentat, pentru acest om atins de disperare și pătruns de conștiința tragică a vieții, mijlocul prin care el și-a dus existența înainte, supraviețuind diferitelor încercări sau ispite. Practicate într-un dozaj optim, la fel ca într-o terapie homeopată, sinuciderea, indolența și scrisul, rând pe rând, au avut un rol asemănător acelor exerciții din Antichitate prin care filosoful *învăța să moară*, eliberându-se de frica de nenorociri și de moarte;

apoi *învăța să trăiască* mai deplin și mai autentic prin reactualizarea condițiilor paradiziace, pe care le considera pierdute din momentul căderii, și, în sfârșit, deprindea *arta interpretării*, atât de necesară pentru gestionarea realității concrete. Așadar, într-un mod extrem de original, când biografia este pusă împreună cu bibliografia, aceste practici par să facă din autorul lor un filosof autentic.

Deși a jucat cel mai adesea rolul pesimistului, am găsit numeroase mărturii și fragmente care vorbesc *și* despre nenumărate momente de beatitudine care i-au luminat existența. Cu toate că au fost mai puține din punct de vedere cantitativ, intensitatea lor a avut un efect transformator pentru *desăvârșirea* lui. Astfel, extazul *erotic*, *mistic* și *muzical*, despre care am vorbit în cel de-al patrulea capitol, reprezintă o altă modalitate de exercitare a posibilităților pe care omul le are la îndemână, posibilități de ridicare din condiția sa obișnuită. Am remarcat și am subliniat la timpul potrivit că insistența cu care revine asupra acestor practici, precum și fiecare nouă caracteristică descoperită sau probată de Cioran în aceste domenii, sunt dovezi ale înclinației sale pentru acțiune și spre transcenderea stării în care se află. Cu alte cuvinte, aceste trei exerciții *ale beatitudinii* sunt șanse concrete de transfigurare, chiar dacă se dovedesc trecătoare.

În funcție de context, Cioran consideră iubirea, mistica și muzica drept mijloace de pregustare și de accedere la starea de beatitudine în care raporturile cu ceilalți, cu Divinitatea și cu sine se purifică și devin edificatoare. În interpretarea pe care am făcut-o, am mers chiar mai departe și am susținut că toate acestea nu au fost simple reflecții teoretice și abstracte, ci au constituit adevărate practici, asumate în mod conștient, la care protagonistul a revenit deseori.

Dar în ce măsură s-a apropiat Cioran de înțelepciune prin practicarea acestor exerciții? Ce efect au avut asupra sa? Un răspuns sigur este greu de dat. Revenirile, încercările, negațiile și contradicțiile la care a făcut apel până în ultima clipă a vieții sunt un indiciu al faptului că nu a atins niciodată înțelepciunea și nici liniștea deplină. Însă la fel de adevărat e că și-a exercitat posibilitățile, mai mult decât o mare parte dintre contemporanii săi, practicând aceste exerciții ale înțelepciunii. Și tocmai obsesia cu care a revenit asupra lor reprezintă marca unui filosof adevărat. Sigur, asta nu înseamnă că celelalte titluri, de moralist, scriitor sau gânditor, care-i sunt atribuite frecvent, i s-ar potrivi mai puțin. Ceea ce am încercat să arăt e că nu-i lipsit de fundament să fie considerat *și* filosof. Un filosof datorită exercițiilor sale!

Respingând autoritatea unui maestru sau a Divinității, Cioran a fost filosof al unei singurătăți pe care a îmbrățișat-o și a iubit-o pătimaș. Prin ea s-a descoperit pe sine, după ce a

învățat să facă din ea un „loc” de creștere. Refuzând să confrunte cu alții contradicțiile și paradoxurile existențiale care-l chinuiau, a ajuns să le integreze în metoda sa fără metodă. Poate acesta este și motivul pentru care el nu a avut niciun ucenic, nicio școală. Nu a căutat să mijlocească cunoștințe, dar s-a simțit împlinit când a reușit să dea valoarea unui moment, pentru el sau pentru alții. Cioran este filosof și pentru că a făcut din viața sa obiect de reflecție, evitând vanitatea gândirii teoretice și abstracte.

Prin urmare, consider că se poate vorbi despre *exerciții spirituale cioraniene* deoarece lectura cărților sale nu conduce neapărat la o acumulare de noi cunoștințe, ci lasă loc pentru o înțelegere mai profundă a mișcărilor interioare ale oricărui om. Opera sa are meritul de a da nume și de a articula stări pe care le simțim cu toții, ușurând, astfel, raportarea la semeni și la realitate. Iar acesta este un lucru esențial pe calea împlinirii umane. În definitiv, orice construcție teoretică își pierde relevanța dacă filosofia nu este și un exercițiu viu al căutării de sine. De aceea, sunt de părere că esențialul în definirea unei filosofii ori a unui filosof nu constă în conținutul unei doctrine și în validitatea ei, cât mai ales în practicile pe care le angajează în vederea actualizării potențialului uman. În acest sens, „școala” lui Cioran a fost omul, nu o elită culturală formată din câțiva ucenici.

Specificul *exercițiilor spirituale cioraniene*

Analiza celor două grupuri de exerciții permite formularea unei caracterizări mai precise a modelului cioranian. În primul rând, aceste exerciții sunt paradoxale. Ele pot apărea sub forma unor atitudini care, în mod obișnuit, nu ar fi asociate cu formarea spirituală: indolența sau meditația asupra sinuciderii. În al doilea rând, ele nu sunt prescrise de un maestru și nu alcătuiesc un program explicit. Cioran nu oferă instrucțiuni pentru atingerea înțelepciunii. Exercițiile sunt descoperite retrospectiv prin punerea în relație a vieții cu scrisul. În al treilea rând, exercițiile sunt profund individuale. Ele nu pretind universalitate și nu pot fi transformate fără rest într-un set de reguli aplicabile tuturor. Tocmai aici apare una dintre limitele majore ale cercetării: ceea ce poate fi identificat la Cioran ca practică existențială nu poate fi transformat automat într-o metodă generală de viață. Cioran vorbește despre sine, iar această dimensiune a singularității trebuie păstrată. În al patrulea rând, exercițiile sunt orientate spre două funcții diferite, dar complementare. Exercițiile disperării fac viața suportabilă; exercițiile beatitudinii o intensifică

și o depășesc temporar. Primele lucrează asupra limitei, celelalte asupra posibilității. Împreună, ele descriu o mișcare care nu este liniară: omul cade, se ridică, revine, repetă și reinterpretează.

În acest punct, conceptul de „exercițiu" capătă o semnificație mai profundă. Etimologia sa, derivată din latinescul *exercere*, sugerează ideea de punere în mișcare, de ieșire dintr-o stare de captivitate și de repetare a unei acțiuni până la dobândirea unei anumite autonomii. Exercițiul implică, astfel, tensiune și transformare. Chiar dacă Cioran pare uneori să refuze tocmai această mișcare, opera sa arată că el revine obsesiv asupra acelorași probleme, le reia, le reformulează și le traversează din nou. Repetiția devine forma sa de exercițiu. Acest caracter repetitiv permite și o apropiere de modelul antic. Filosoful antic exersează pentru a-și transforma modul de a trăi; Cioran revine la aceleași obsesii pentru a putea continua să trăiască. Diferența este că exercițiul antic este adesea orientat către un *telos* pozitiv și stabil, în timp ce exercițiul cioranian rămâne deschis, contradictoriu și fără garanția unei înțelepciuni finale. Tocmai această diferență constituie originalitatea sa.

Concluzii

Întrebarea fundamentală a cercetării a fost dacă Emil Cioran a practicat filosofia ca exercițiu spiritual. Un răspuns definitiv este dificil de formulat, mai ales pentru că autorul nu și-a asumat explicit o asemenea interpretare. Nu există, în materialul analizat, o declarație care să permită identificarea neechivocă a lui Cioran cu modelul filosofului care își concepe în mod conștient existența ca pe un program de exerciții spirituale. Prin urmare, concluzia cercetării nu este aceea că Cioran ar fi fost un reprezentant explicit al tradiției lui Hadot sau Foucault, ci că anumite practici și atitudini ale sale pot fi interpretate în mod legitim prin categoria exercițiului spiritual.

Cercetarea a pornit de la necesitatea de a clarifica însăși semnificația exercițiului. Exercițiul presupune punerea în mișcare, repetarea, disciplinarea și transformarea unei potențialități. În cazul exercițiilor spirituale, ceea ce este pus la lucru este subiectul însuși: modul său de a percepe, de a judeca, de a dori și de a acționa. Prin urmare, exercițiul nu urmărește doar performanța unei activități, ci transformarea celui care o practică.

Privit din această perspectivă, Cioran pare inițial incompatibil cu filosofia-exercițiu. El este asociat cu imobilitatea, oboseala, negația și disperarea. Totuși, această impresie se modifică atunci când atenția este deplasată de la conținutul afirmațiilor sale la funcția lor existențială.

Cioran nu urmărește să convingă cititorul de adevărul unei doctrine, ci să îl confrunte cu anumite stări și să îl oblige să le privească. Scrisul său produce o stare înainte de a transmite o teză. Din acest punct de vedere, criteriul transformării trebuie înțeles cu atenție. Exercițiile cioraniene nu sunt recomandate ca rețete pentru o viață bună și nici nu constituie un cod moral. Dimpotrivă, unele dintre ele, precum sinuciderea sau indolența, ar putea deveni profund problematice dacă ar fi desprinse de contextul lor. Funcția lor în opera lui Cioran este una reflexivă și existențială: ele deschid posibilitatea de a privi altfel limitele vieții.

În cazul exercițiilor disperării, cercetarea a identificat trei practici majore: scrisul, indolența și meditația asupra sinuciderii. Sinceritatea reprezintă condiția confruntării cu sine. Scrisul transformă această confruntare într-o practică de obiectivare și interpretare. Indolența contestă identificarea vieții cu munca și productivitatea, în timp ce meditația asupra sinuciderii aduce moartea în centrul reflecției pentru a modifica raportul cu viața. Aceste practici au o funcție analogă unor exerciții filosofice antice: ele îl ajută pe subiect să se raporteze diferit la frică, suferință, muncă, moarte și propria interioritate. Ceea ce este original la Cioran este faptul că exercițiile sunt construite din interiorul disperării, nu din perspectiva unei înțelepciuni deja dobândite. El nu exersează pentru că posedă un adevăr care trebuie aplicat, ci pentru că nu reușește să se desprindă de întrebările care îl obsedează.

Exercițiile beatitudinii introduc o altă direcție. Muzica, iubirea și credința sau mistica reprezintă experiențe prin care negativitatea este suspendată, iar subiectul se poate deschide către o formă de plenitudine. Ele sunt mai rare decât experiențele disperării, dar tocmai intensitatea lor le conferă o importanță aparte. Cioran nu este numai autorul nopții, ci și autorul unor momente de lumină, extaz și apropiere de ceva care depășește condiția obișnuită.

O altă concluzie importantă privește statutul filosofic al lui Cioran. Cercetarea nu urmărește să îl declare filosof printr-un verdict exterior operei, ci să arate că există un criteriu diferit de cel doctrinar prin care statutul filosofic poate fi discutat. Dacă filosofia este definită numai prin existența unui sistem, Cioran rămâne dificil de integrat. Dacă însă filosofia este înțeleasă și ca mod de viață, ca exercițiu al transformării și ca practică a raportării la sine, atunci opera sa dobândește o altă inteligibilitate. Această concluzie nu anulează celelalte identități ale lui Cioran. El poate fi citit simultan ca moralist, scriitor, gânditor, sceptic sau autor al unei forme radicale de reflecție existențială. Ceea ce cercetarea adaugă este posibilitatea de a-l considera și filosof, nu în pofida absenței unui sistem, ci tocmai printr-o altă înțelegere a filosofiei. Cioran

ar fi filosof „datorită exercițiilor sale”, adică datorită felului în care și-a transformat viața în obiect de reflecție și scrisul în practică de sine.

Un aspect decisiv al acestei interpretări este solitudinea autorului. Cioran nu a construit o școală în sens instituțional și nu a urmărit formarea unor discipoli. Nu a oferit un program de transmitere a unei doctrine și nu a revendicat autoritatea unui maestru. În schimb, a făcut din propria singurătate un spațiu de lucru asupra sinelui. Din punctul meu de vedere, acest refuz al autorității externe corespunde cu asumarea unei responsabilități radicale pentru propria existență. În acest sens, „școala” lui Cioran nu este alcătuită din discipoli, ci are ca obiect omul însuși. Cititorul nu este invitat să repete mecanic opiniile autorului. Dimpotrivă, exercițiul cioranian își produce efectul atunci când îl obligă să se confrunte cu propriile contradicții. Opera nu livrează soluții, ci numește stări pe care cititorul le poate recunoaște în propria experiență.

Aceasta explică și caracterul transformator al operei. Transformarea nu are loc prin acceptarea unei doctrine, ci prin recunoaștere. Cioran dă formă unor experiențe precum insomnia, disperarea, frica, singurătatea, dorința de moarte, iubirea, extazul și credința. Odată articulate, aceste experiențe pot fi privite dintr-o anumită distanță. Cititorul nu dobândește neapărat informații noi, ci poate dobândi un vocabular mai precis pentru ceea ce trăiește. Prin urmare, exercițiile spirituale cioraniene trebuie înțelese mai degrabă ca practici de luciditate decât ca metode de mântuire. Ele nu promit înțelepciunea, liniștea sau beatitudinea permanentă. Cioran însuși nu ajunge la o asemenea stare, iar revenirea continuă la contradicții și negări confirmă caracterul deschis al căutării sale. Tocmai faptul că exercițiile trebuie reluate mereu constituie una dintre caracteristicile fundamentale ale modelului. Din perspectiva filosofiei ca mod de viață, această reluare nu reprezintă un eșec. Ea poate fi înțeleasă ca însăși condiția exercițiului. Omul nu se transformă o dată pentru totdeauna, ci își reia mereu raportarea la sine și la lume. Cioran nu ajunge la înțelepciunea stabilă a filosofului antic, dar își exersează în mod repetat posibilitățile. El transformă această repetare într-o formă de existență.

În sfârșit, cercetarea își asumă caracterul ipotetic al concluziei. „Exercițiile spirituale cioraniene” nu reprezintă o categorie definitivă, ci o cheie de lectură. Valoarea ei constă în capacitatea de a pune în relație elemente care, analizate separat, pot părea incompatibile: disperarea și beatitudinea, negația și transformarea, singurătatea și relația cu ceilalți, scrisul și viața, filosofia și refuzul filosofiei. Prin această cheie, Cioran poate fi (re)descoperit ca filosof fără a fi obligat să devină ceea ce nu a vrut să fie: un autor de sistem. În acest sens, cercetarea

nu închide problema, ci o redeschide sau o menține deschisă. Întrebarea dacă Cioran a practicat filosofia ca exercițiu spiritual rămâne legată de întrebarea mai amplă privind sensul filosofiei însăși. Dacă filosofia este numai teorie, atunci Cioran va rămâne mereu un caz-limită. Dacă însă filosofia este și o practică vie a căutării de sine, atunci experiența sa devine relevantă pentru reconsiderarea unei tradiții în care gândirea și viața nu pot fi separate.

Concluzia fundamentală a tezei este, așadar, că filosofia nu trebuie definită exclusiv prin conținutul unei doctrine sau prin validitatea unui sistem, ci și prin practicile pe care le angajează în vederea actualizării potențialului uman. În cazul lui Cioran, aceste practici nu sunt ordonate într-un program și nu conduc la un rezultat definitiv. Ele constituie o mișcare continuă între disperare și beatitudine, între luciditate și dorința de uitare, între singurătate și iubire, între negație și posibilitatea transfigurării.

Bibliografie (selectivă)

a. Surse primare

Cioran Emil, *Pe culmile disperării*, Editura Humanitas, București, 1990, și trad. franceză *Sur les cimes du désespoir*, tr. Andreiu Vornic, în *Oeuvres*, Éditions Gallimard, Paris, 1995.

Cioran Emil, *Cartea amăgirilor*, Editura Humanitas, București, 1991.

Cioran Emil, *Lacrimi și sfinți*, Editura Humanitas, București, 2017.

Cioran Emil, *Amurgul gândurilor*, Editura Humanitas, București, 1991.

Cioran Emil, *Îndreptar pătimaș*, I și II, ed. Constantin Zaharia, Editura Humanitas, București, 2011.

Cioran Emil, *Tratat de descompunere* (*Précis de décomposition*), tr. Irina Mavrodin, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Silogismele amărăciunii* (*Syllogismes de l'amertume*), tr. Nicolae Bârna, Editura Humanitas, București, 2007.

Cioran Emil, *Ispita de a exista* (*La tentation d'exister*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Istorie și utopie* (*Histoire et utopie*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 1992.

Cioran Emil, *Căderea în timp* (*La chute dans le temps*), tr. Irina Mavrodin, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Demiurgul cel rău* (*Le mauvais démiurge*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 2011.

Cioran Emil, *Despre neajunsul de a te fi născut* (*De l'inconvénient d'être né*), tr. Florin Sicoie, Editura Humanitas, București, 2002.

Cioran Emil, *Sfârtecare* (*Écartèlement*), tr. Vlad Russo, Editura Humanitas, București, 2016.

Cioran Emil, *Exerciții de admirație. Eseuri și portrete* (*Exercices d'admiration*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Mărturisiri și anateme* (*Aveux et anathèmes*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 2003.

Cioran Emil, *Scrisori către cei de-acasă*, stabilirea și transcrierea textelor de Gabriel Liiceanu și Theodor Enescu, tr. Tania Radu, Editura Humanitas, București, 1995.

Cioran Emil, *Caiete*, I-III, tr. Emanoil Marcu, Vlad Russo, Editura Humanitas, București, 2012[2].

Cioran Emil, *Singurătate și destin*. *Publicistică 1931-1944*, Marin Diaconu (ed.), Editura Humanitas, București, 1991.

Cioran Emil, *Scrisori către Wolfgang Kraus 1971-1990*, tr. George Guțu, Editura Humanitas, București, 2009.

Cioran Emil, *Carnetul unui afurisit*, ed. Constantin Zaharia, Editura Humanitas, București, 2021.

Cioran Emil, *Razne*, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Vivere contro l'evidenza. Intervista con Christian Bussy*, Edizione La scuola di Pitagora, Napoli, 2014.

AAvv, *Convorbiri cu Cioran*, Editura Humanitas, București, 2004[2].

Cioran Emil, *Opere*, vol. I-IV, ediție îngrijită de Marin Diaconu și coordonată de Eugen Simion, Editura Fundației Naționale pentru Știință și Artă, București, 2017–2018.

b. Exegeză cioraniană

Abad Alfredo-Andrés, „Cioran et la philosophie", în *Alkemie. Revue semestrielle de littérature et philosophie*, nr. 6 (Décembre 2010), Sibiu, 2010, pp. 54-58.

Afrăsinei Elena, *Emil Cioran: exilul metafizic*, Editura PIM, Iași, 2012.

Astier Ingrid, „Cioran, l'homme contraire", *Rev. Roum Philosophie*, 65,1, București, 2021, pp. 35-39.

Astier Ingrid, „L'écriture du paradoxe", în *Les Cahiers de L'Herne. Emil Cioran*, Éditions de L'Herne, Paris, 2009.

Bălan George, *În dialog cu Emil* Cioran, Editura Cartea Românească, București, 1996.

Bulboacă Amelia-Natalia, „Caduta e destino: l'antropologia filosofica di Emil Cioran", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 55-72.

Buzdugan Adrian, „Cioran – între o filosofie a vieții și o filosofie pentru viață", în *Revista de Filosofie*, LXVIII, 5, București, 2021, pp. 561-586.

Buzdugan Adrian, *Cioran. Filosofia unui „antifilosof"*, Editura Litera, București, 2023.

Carannante Irma, „Limba fără locuire. Emil Cioran și Eugene Ionesco: două cazuri de exil lingvistic", în *Analele Universității București*, LXXII, 2023, pp. 3-20.

Carloni Massimo, „Cioran e la virtù dell'indolenza", în Di Gennaro Antonio, Molcsan Gabriella (ed.), *Cioran in Italia. Atti del convegno (10 novembre 2011)*, Edizione Aracne, Roma, 2012, pp. 93-108.

Carloni Massimo, „Né con Dio, né senza Dio. Cioran un mistico che non crede in nulla", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano-Udine, 2019, pp. 11-30.

Chelariu Ionuț, „La domanda metafisica secondo Emil Cioran", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 191-202.

Chira Vasile, *Dominantele gândirii cioraniene*, Editura Universității „L. Blaga", Sibiu, 2006.

Ciaralli Fabio, *Emil Cioran. Odiseea della lucidità*, Edizione La Scuola din Pitagora, Napoli, 2017.

Cicortaş Horia Corneliu, „Emil Cioran e Mircea Eliade sulle tracce dell'assoluto", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 31-40.

Ciocioman Adrian, „Despre Dumnezeu. *Absolutul* ca imagine a deznădăjduirii la Emil Cioran", în *Revista de filos*ofie, București, 2024, LXXI, 2, pp. 213-230.

Ciocioman Adrian, „Metafizica biografiei intruzive. «Eu»", în Adrian Ciocioman (coord.), *Studii cioraniene*, I, Editura Eikon, București, 2025, pp. 9-19.

Dicționar de termeni cioranieni, I-II, Simona Constantinovici (coord.), Editura Universității de Vest, Timișoara, & Criterion Editrice, Milano, 2020.

Di Gennaro Antonio, Molcsan Gabriella (ed.), *Cioran in Italia. Atti del convegno (10 novembre 2011)*, Edizione Aracne, Roma, 2012.

Di Gennaro Antonio, „Tra invocazione e bestemmia: così prega Emil Cioran", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 41-58.

Di Gennaro Antonio, *Metafisica dell'addio. Studi su Emil Cioran*, Edizione Aracne, Roma, 2011.

Di Gennaro Antonio., „Emil Cioran: coscienza, scissione, amore", în Di Gennaro Antonio, Molcsan Gabriella (ed.), *Cioran in Italia. Atti del convegno (10 novembre 2011)*, Edizione Aracne, Roma, 2012.

Di Gennaro Antonio., „La svolta della disperazione: Emil Cioran e la storia", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 73-88.

Diaconu Mircea (ed.), *Pro și contra Emil Cioran. Între idolatrie și pamflet*, Editura Humanitas, București, 1998.

Dobre Marius, „Expresie și scepticism la Emil Cioran", în Viorel Cernica (coord.), *Studii de istorie a filosofiei românești*, IV, Editura Academiei Române, București, 2008, pp. 45-56.

Dobre Marius, *Certitudinile unui sceptic – Emil Cioran*, Editura Trei, București, 2008.

Dragomir Leonid, „Dincolo de pesimismul lui Cioran", în Georgeta Niculescu, Horia Vicențiu Pătrașcu (ed.), *Cioran și psihoterapia. Actele conferinței „Sclipiri de serenitate paradoxală: Emil Cioran și Psihoterapia Centrată pe Persoană"*, Editura Eikon, București, 2025, pp. 101-107.

Dur Ion, *De la Eminescu la Cioran. Semne ale spiritului românesc*, Editura Scrisul Românesc, Craiova, 1996.

Fazio Salvatore-Massimo, *Regressione suicida dell'abbandono disperato di Emil Cioran e Manlio Sgalambro*, Edizione Bonfirraro, Barrafranca-Enna, 2016.

Ferraro Giuseppe, „Una vita sterminata: la voce di Emil Cioran", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 59-71.

Fiore Vicenzo, *Emil Cioran. La filosofia come de-fascinazione e la scrittura come terapia*, Edizione Nulla die, Piazza Armerina, 2018.

Garaz Oleg, *Emil Cioran și muzica elementelor primordiale (Hermeneutica)*, Editura Eikon, București, 2023.

Giustiniani Pasquale, „Tra Dio e il nulla. Il *miscuglio esplosivo* di filosofia e lirismo nella riflessione di Emil Cioran", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 73-88.

Ioniță Florin, *Viața și opera lui Emil Cioran*, Editura Rai, București, 1994.

Kluback William, Michael Finkenthal, *Ispitele lui Emil Cioran*, tr. Adina Arvatu, C.D. Ionescu, Mihnea Moise, Editura Univers, București, 1999.

Lăzărică Ionel, „Sacralitate și iconoclasm in ipostazele suferinței cioraniene", în *Revista de filosofie*, București, 2024, LXXI, 2, pp. 203–213.

Maftei Mara-Magda, *Cioran și utopia tinerei generații*, Editura Contemporanul, București, 2011.

Marino Francesca, „L'antiteodicea di Emil Cioran: il male in Dio", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 89-96.

Masullo Aldo, „Soffrire è produrre conoscenza", în Antonio Di Gennaro, Gabriella Molcsan (ed.), *Cioran in Italia. Atti del convegno (10 novembre 2011)*, Edizione Aracne, Roma, 2012, pp. 169-166.

Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017.

Modreanu Simona, *Cioran ou la chance de l'échec*, Éditions Unicité, Saint-Chéron, 2021.

Modreanu Simona, *Cioran sau rugăciunea interzisă*, Editura Junimea, Iași, 2003.

Mucci Giandomenico, „E.M. Cioran, il nichilismo tentato dalla musica", în *La Civiltà Cattolica*, nr. 3712 (2005), pp. 366-373.

Munteanu Heliana, *Eugen Ionescu și Emil Cioran despre Muzică*, Editura Bibliotheca, Târgoviște, 2009.

Nastasă Irina, „Emil Cioran – precizări bibliografice”, în *Tribuna*, nr. 181, Cluj-Napoca, 2010, pp. 16-31.

Niculescu Georgeta, Horia Vicențiu Pătrașcu (ed.), *Cioran și psihoterapia. Actele conferinței „Sclipiri de serenitate paradoxală: Emil Cioran și Psihoterapia Centrată pe Persoană”*, Editura Eikon, București, 2025.

Noica Constantin, „Pentru Emil Cioran”, în Mircea Diaconu (ed.), *Pro și contra Emil Cioran. Între idolatrie și pamflet*, Editura Humanitas, București, 1998.

Paler Ioan, *Introducere în opera lui Emil Cioran*, Editura Paralela 45, București, 1997.

Pătrașcu Horia-Vicențiu, *Terapia prin Cioran. Forța gândirii negative*, Editura Trei, București, 2014.

Petreu Marta, *Despre bolile filosofilor. Cioran*, Editura Polirom, Iași, 2010.

Petreu Marta, *Filosofii paralele*, Editura Limes, Cluj-Napoca, 2005.

Pozzi Mattia Luigi, „L’apocalisse esige umorismo: le categorie del religioso in Emil Cioran”, în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 117-144.

Rădulescu Carmen-Ligia, *Emil Cioran. Conştiinţa ca fatalitate*, Editura Recif, București, 1994.

Regier Willis, „Cioran’s Insomnia”, în *MLN*, vol. 119, nr. 5, The Hopkins University Press 2004, pp. 994-1012.

Reschika Richard, *Introducere în opera lui Emil Cioran*, tr. Viorica Nișcov, Editura Saeculum, București, 1998.

Rotiroti Giovanni, *I demoni della lucidità. Il caso Cioran tra psicanalisi e filosofia*, Edizione Soneria Mannelli, Rubbettino, 2005.

Rotiroti Giovanni, *Dezvrăjirea lui Cioran*, Editura Napoca Star, Cluj-Napoca, 2015.

Rotiroti Giovanni, *Chipul meduzei*, Editura Napoca Star, Cluj-Napoca, 2017.

Savater Fernando, *Cioran. Un angelo sterminatore*, tr. Claudio-Maria Valentinetti, Frassinelli, Piacenza, 1998.

Savater Fernando, *Eseu despre Cioran*, tr. Sorin Mărculescu, Editura Humanitas, București, 1998.

Simion Eugen, *Cioran: o mitologie a nedesăvârşirilor*, Editura Tracus Arte, București, 2014.

Tănase Stelian, *Cioran și Securitatea*, Editura Cuantic, București, 2023.

Thoma Friedgerald, *Pentru nimic în lume*. *O iubire a lui Cioran*, tr. Nora Iuga, Editura EST, București, 2005.

Turcan Nicolae, *Cioran sau excesul ca filosofie*, Editura Limes, Cluj-Napoca, 2008.

Vanini Paolo, „Cioran e la musica", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 251-260.

Vanini Paolo, „Cioran, Saturno e la repubblica dei futili", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 203-220.

Vălcan Ciprian, „Imaginea lui Pascal în scrierile cioraniene", în *Vatra*, nr. 400-401, Târgu Mureș, 2004, pp. 85-88.

Vălcan Ciprian, *Cioran, un aventurier nemișcat. Treizeci de interviuri*, Editura ALL, București, 2015.

Vişdei Anca, *Cioran ou le gai désespoir*, Éditions de l'Archipel, Paris, 2025.

Weininger Otto, *Sex și caracter*, tr. Mioara Mocanu, Editura Institutului European, Iași, 2009.

Zaharia Constantin, „Hypocrisie et abnégation. De l'ironie chez Cioran", în *Rev. Roum Philosophie*, 65,1, București, 2021, pp. 41-55.

Zarifopol-Johnston Ilinca, *Searching for Cioran*, Indiana University Press, Bloomington and Indianapolis, 2009.

Zucal Silvano, „La nascita maledetta e la gnosi atea di Cioran", în Fabrizio Meroi, Mattia Luigi Pozzi, Paolo Vanini, *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2017, pp. 167-190.

c. Filosofia ca mod de viață

Ambury James M., Irani Tushar, Wallace Kathleen (ed.), *Philosophy as a Way of Life. Historical, Contemporary and Pedagogical Perspectives*, Wiley, Malden – Oxford, 2021.

Ansell-Pearson K., *Nietzsche's Search for Philosophy*, Bloomsbury, London – Oxford – New York, 2018.

Chase Michael, Clark Stephen, McGhee Michael (ed.), *Philosophy as a Way of Life, Ancients and Moderns: Essays in Honor of Pierre Hadot*, Chichester, Blackwell, 2013.

Chase Michael, „Introduction", în Michael Chase, Stephen Clark, Michael McGhee (ed.), *Philosophy as a Way of Life, Ancients and Moderns: Essays in Honor of Pierre Hadot*, Chichester, Blackwell, 2013.

Cooper John M., *Pursuits of Wisdom. Six Ways of Life in Ancient Philosophy from Socrates to Plotinus*, Princeton University Press, Princeton și Oxford, 2012.

D'Agostino Simone, *Esercizi spirituali e filosofia moderna. Bacon, Descartes, Spinoza*, Edizione ETS, Pisa, 2017.

Davidson Arnold I., Worms Fréderic (ed.), *Pierre Hadot, l'insegnamento degli antichi, l'insegnamento dei moderni. L'ultima conversazione con Pierre Hadot*, tr. Laura Cremonesi, Edizione ETS, Pisa, 2012.

Davidson Arnold I., *Gli esercizi spirituali della musica. Improvvisazione e creazione*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2020.

Domanski Juliusz, *La philosophie, théorie ou manière de vivre? Les controverses de l'Antiquité à la Renaissance*, Éditions Cerf, Fribourg, 1996.

Eikeland Olav, *The Ways of Aristotle: Aristotelian Phronesis, Aristotelian Philosophy of Dialogue, and Action Research*, Peter Lang Verlag, Berlin, 2008.

Faustino Marta, „Philosophy as a Way of Life as a Practice of Dissidence and Experimentation", în José Miranda Justo, Elisabete de Sousa, Fernando Silva (ed.), *Philosophy as Experimentation, Dissidence and Heterogeneity*, Cambridge Scholars Publishing, 2021, pp. 340-357.

Faustino Marta, Ferraro Gianfranco (ed.), *The Late Foucault. Ethical and Political Questions*, Bloomsbury, London, 2020.

Faustino Marta, „Philosophy as a Way of Life Today: History, Criticism and Apology", în James M. Ambury, Tushar Irani, Kathleen Wallace (ed.), *Philosophy as a way of life. Historical, Contemporary, and Pedagogical Perspectives*, Wiley, Malden-Oxford, 2021.

Ferraguto Federico (ed.), *Michel de Montaigne. Filosofia come arte di vivere*, Fazi Editore, Roma, 2021.

Ferraris Maurizio, *Manifesto del nuovo realismo*, Edizione Laterza, Roma–Bari, 2012.

Fontana Alessandro, „Il paradosso del filosofo", în *Aut-Aut*, nr. 323, 2004, pp. 87-96.

Foucault Michel, „L'écriture de soi", în *Dits et écrits*, IV (1980-1988), Èdition Gallimard, Paris, 1994, pp. 415-430.

Foucault Michel, „L'éthique du souci de soi comme pratique de la liberté", *Dits et écrits*, IV (1980-1988), Èdition Gallimard, Paris, 1994, pp. 708-729.

Foucault Michel, *Hermeneutica subiectului. Cursuri la Collège de France (1981-1982)*, tr. Bogdan Ghiu, Editura Polirom, Iași, 2004.

Foucault Michel, *Istoria sexualității*, II, *Practicarea plăcerilor*, tr. Cătălina Vasile, Editura Univers, București, 2004.

Foucault Michel, *Theatrum Philosophicum*. *Studii, eseuri, interviuri (1963-1984)*, Cluj, 2001.

Friedmann Georges, *La puissance et la sagesse*, Éditions Gallimard, Paris, 1970.

Grimm Stephen, Cohoe Caleb, „What is Philosophy as a Way of Life? Why Philosophy as a Way of Life?", în *European Journal of Philosophy*, 29, 2020, pp. 236-251.

Hadot Pierre, *Ce este filosofia antică?*, tr. George Bondor, Claudiu Tipuriță, Editura Polirom, Iași, 1997.

Hadot Pierre, *La philosophie comme manière de vivre. Entretiens avec Jeannie Carlier et Arnold I. Davidson*, Èdition Albin Michel, Paris, 2001.

Hadot Pierre, „Exercices spirituels", în *Exercices spirituels et philosophie antique*, Èdition Albin Michel, Paris, 2002, pp. 19-74.

Hadot Pierre, „L'histoire de la pensée hellénistique et romaine", în *Exercices spirituels et philosophie antique*, Èdition Albin Michel, Paris, 2002, pp. 255-287.

Hadot Pierre, „Réflexions sur la notion de «culture de soi»", în *Exercices spirituels et philosophie antique*, Èdition Albin Michel, Paris, 2002, pp. 323-332.

Hadot Pierre, *Exercices spirituels et philosophie antique*, Èdition Albin Michel, Paris, 2002.

Hadot Pierre, *Filozofia ca mod de viață. Convorbiri cu Jeannie Carlier și Arnold I. Davidson*, tr. Adrian Cotora, Editura Humanitas, București, 2019.

Hadot Pierre, *N'uoblie pas de vivre. Goethe et la tradition des exercices spirituels*, Edition Albin Michel, Paris, 2008.

Iftode Cristian, *Filosofia ca mod de viață. Sursele autenticității*, Editura Paralela 45, Pitești, 2010.

Montaigne Michel de, *Eseuri. Cărțile întâi, Cartea a doua* și *Cartea a treia*, tr. Vlad Russo, Editura Humanitas, București, 2022.

Montaigne Michel de, *Les Essais*, Èditions Robert Laffont, Paris, 2019.

Mureșan Valentin, „Filosofia ca mod de viață sau despre relația filosofie–biografie", în *Revista de Filosofie Analitică*, vol. IV, 2, București, 2010, pp. 87-114.

Natoli Salvatore, *La felicità di questa vita*, Edizione Mondadori, Milano, 2000.

Natoli Salvatore, *La verità in gioco. Scritti su Foucault*, Edizione Feltrinelli, Milano, 2005.

Nica Daniel, *Cine sunt eu? Autenticitatea și limitele sale morale*, Editura Ratio et Revelatio, Oradea, 2022.

Palmieri Daniele, *La filosofia come esercizio spirituale. Hadot e il recupero della filosofia antica*, Edizione Youcanprint, Tricase, 2018.

Sellars John, „Self or Cosmos: Foucault versus Hadot", în Marta Faustino, Gianfranco Ferraro (ed.), *The Late Foucault. Ethical and Political Questions*, Bloomsbury Academic Press, London, 2020, p. 37-52.

Sellars John, *The Art of Living. The Stoics on the Nature and Function of Philosophy*, Bloomsbury Academic Press, London–New York, 2009.

Sellars John., „What is Philosophy as a Way of Life?", *Parrhesia: A Journal of Critical Philosophy*, London, n. 28, 2017, pp. 40-56.

Seneca Lucius Annaeus, *Scrisori către Luciliu*, tr. Gheorghe Guțu, Editura Humanitas, București, 2020.

Seneca, *M-ai întrebat de ce*, Editura Seneca, București, 2014.

Sharpe Matthew, Testa Federico, (ed.), *The Selected Writings of Pierre Hadot*, Bloomsbury Academic Press, London–New York, 2020, pp. 1-29.

Sharpe Mathew, „It's not the Chrysippus You Read: Epictetus and Hadot Contra Cooper on Philosophy as a Way of Life", în *Philosophy Today*, vol. 58, nr. 3, 2014, pp. 367-392.

Sharpe Matthew, Ure Michael, *Philosophy as a Way of Life: History, Dimensions, Directions*, Bloomsbury Academic Press, London, 2021.

Testa Federico, „The Great Cycle of the World: Foucault and Hadot on the Cosmic Perspective and the Care of the Self", în Faustino Marta, Ferraro Gianfranco (ed.), *The Late Foucault. Ethical and Political Questions*, Bloomsbury Academic Press, London, 2020, pp. 53-72.

Ure Michael, *Nietzsche's Therapy – Self-Cultivation in the Middle Works*, Lexington Books, New York, 2008.

Ure Michael, „Foucault's Reinvention of Philosophy as a Way of Life: Genealogy as a Spiritual Exercise", în Marta Faustino, Gianfranco Ferraro (ed.), *The Late Foucault. Ethical and Political Questions*, Bloomsbury Academic Press, London, 2020, pp. 19-36.

Voelke André-Jean, *La philosophie comme thérapie de l'âme. Études de philosophie hellénistique*, Editions Universitaires de Fribourg, Paris, 1993.

“Alexandru Ioan Cuza” University of Iași

Faculty of Philosophy and Social-Political Sciences

Doctoral School of Philosophy

DOCTORAL THESIS

CIORANIAN SPIRITUAL EXERCISES

(Summary)

Scientific coordinator,

Prof. PhD. Anton Adămuț

PhD candidate,

Gabriel Hălănduț

Iași

2026

1. Content

INTRODUCTION ……7
CHAPTER I: PHILOSOPHY AS A WAY OF LIFE……11
Introduction 11
1. "Care of the Self" and "Spiritual Exercise" 12
1.1. Michel Foucault and the Concept of "Care of the Self" 14
1.2. Pierre Hadot and "Spiritual Exercises" 23
1.3. Hadot in Dialogue with Foucault 30
1.4. Criticism of Pierre Hadot's Theory 33
2. Classical "Spiritual Exercises" in Philosophy 34
2.1. Learning to Live 38
2.2. Learning to Meditate 39
2.3. Learning to Engage in Dialogue 39
2.4. Learning to Die 40
2.5. Awareness of the Whole and Living in the Present 42
2.6. The Exercise of Attention 43
2.7. The Exercise of Reading 44
3. Montaigne's *Essays*: A Spiritual Exercise? 46
3.1. The *Essays* and the Exercise of Writing 47
3.2. Montaigne and the Exercise of Living 51
Conclusion 57

CHAPTER II: THE LIFE AND PHILOSOPHY OF EMIL CIORAN ……...59
Introduction 59
1. The Curse of Insomnia and the Drama of Changing Languages 61
1.1. Sleepless Nights 61
1.2. The French "Straitjacket" 70
1.3. The Uselessness of Philosophy 75
2. The Lucidity of a Tragic Consciousness 78
2.1. Lucidity and Consciousness 79
2.2. A Lyrical Prose Writer 84
2.3. An Uncommon Man 87
2.4. A Distinctive Skeptic 90
3. Cioranian "Spiritual Exercises"? 94
3.1. Cioran's Era 94
3.2. The Specific Character of Cioranian Philosophy 97
3.3. Cioran and "Spiritual Exercise" 101
Conclusion 105

CHAPTER III: EXERCISES OF DESPAIR..... 107
Introduction.....107
1. The Exercise of Suicide.....109
1.1. Death and Its Solutions.....110
1.2. Cioran's Solution: Suicide.....115
1.3. Suicide as a Spiritual Exercise.....124
2. The Exercise of Indolence.....129
2.1. Work Between Blessing and Curse.....130
2.2. The Spiritual Exercise of Transcending Mundane Aspirations.....136
3. The Exercise of Writing.....143
3.1. Writing, Communication, and "Communion".....144
3.2. The Spiritual Exercise of Writing.....151
3.3. The Limits of Writing.....157
Conclusion.....161

CHAPTER IV: EXERCISES OF BEATITUDE.....163
Introduction.....163
1. The Exercise of Love.....164
1.1. Sources of Cioranian Love.....166
1.2. Forms of Love in Cioran's Discourse.....172
1.3. The Trap of Love: The Impossibility of Fulfilment.....183
1.4. Love as a Philosophical Exercise.....189
2. The Exercise of Faith.....194
2.1. Between Two Abysses.....195
2.2. The Seduction of Mysticism.....200
2.3. The Sanctuary of Skepticism.....203
2.4. Prayer as an Exercise in Conversion.....208
3. The Exercise of Music.....213
3.1. The Chance of a "Failed Musician".....214
3.2. Music and the Absolute.....219
3.3. Transfiguration through the Exercise of Music.....221
Conclusion.....227

CONCLUSION.....229

BIBLIOGRAPHY.....235
1. Primary Sources.....235
2. Cioran Scholarship.....236
3. Philosophy as a Way of Life.....241
4. Related Literature.....244
5. Dictionaries and Encyclopedias.....250
6. Digital Sources.....250

2. The importance and relevance of the topic

This research, entitled "Cioranian Spiritual Exercises," begins with a question that concerns not only Emil Cioran's status but also the very possibility of defining philosophy: is there only one way to philosophize? If philosophy is reduced to certain conceptual systems, the formulation of theses, and the construction of arguments amenable to theoretical validation, Cioran seems to stand at the margins of philosophy, or even outside it. His writing is fragmentary, aphoristic, and confessional. Contradiction is also one of his modes of expression, and the author repeatedly expresses distrust of systems, methods, and philosophy's claim to offer a coherent and definitive picture of reality. Yet this very difficulty is the starting point of the research: rejecting a particular form of philosophy need not necessarily be confused with rejecting philosophizing itself.

In this context, the thesis proposes a reconsideration of Cioran's work from the perspective of the paradigm of philosophy as a way of life. The central hypothesis is that philosophy can be understood not only as a theoretical activity but also as an existential practice: an exercise through which the subject relates to himself, to others, to the world, and to his own condition. This shift makes it possible to move from the question "What doctrine does Cioran uphold?" to "What does Cioran do with philosophy, and what does philosophy do for him?" The research therefore seeks to show that Cioran's writings can be read not merely as expressions of pessimistic thought but as forms of existential practice, in which reflection, confession, writing, and particular attitudes toward life become means of confronting despair and, in certain circumstances, even ways of approaching beatitude.

The theoretical foundation is provided by the research of Pierre Hadot and Michel Foucault, particularly their work on ancient philosophy and the relationship between thought and the transformation of the subject. For Hadot, the concept of "spiritual exercise" designates the set of practices through which a person works on himself, changing his way of seeing, judging, and living. In Foucault, the problem of "care of the self" foregrounds the formative and ethical character of one's relationship with oneself. For both thinkers, philosophy goes beyond being a discourse about the world and becomes a practice through which the subject transforms himself. This research uses their concepts not to fit Cioran mechanically into a pre-established tradition—which would be almost impossible—but to determine the extent to which they can provide an appropriate hermeneutic key to his life and work.

The title of the research, "Cioranian Spiritual Exercises," must be understood in light of this tension, since associating Cioran with the tradition of spiritual exercises seems paradoxical from the outset. Exercise implies movement, discipline, repetition, direction, and

transformation, whereas the Cioranian imagination is dominated by fatigue, despair, insomnia, refusal, and negation. Moreover, Cioran does not explicitly define his writing as practical philosophy, nor does he programmatically embrace the model of philosophy as a way of life. The research therefore does not assume that a Cioranian doctrine of spiritual exercises exists; rather, it seeks to test whether certain practices can be reconstructed retrospectively and hermeneutically as fulfilling functions comparable to those of spiritual exercises in classical philosophy.

This clarification is essential to the methodology of the thesis. The aim is not to construct an artificial system, but to identify an interpretive thread capable of connecting seemingly disparate texts, experiences, and attitudes. Since Cioran deliberately wrote against systems, any systematic interpretation risks introducing a coherence that does not belong to the author. The research acknowledges this difficulty and turns it into a condition of reading: it does not seek to reconstruct a system, but to identify recurring practices through which life and writing influence one another.

In this sense, biography is not used to explain the author's work. The biographical episodes discussed become relevant only insofar as they illuminate the emergence of forms of experience that later become themes, gestures, or exercises of thought. The relationship between life and work is thus reciprocal: experience nourishes writing, while writing reorganizes experience. Cioran does not propose a theory of life from outside life; he writes from within his own anxieties. Consequently, his work can be seen as a place where experience is interpreted, transformed, and sometimes made bearable.

A second objective of the research is to reconsider Cioran's philosophical status. The aim is not to assign him a definitive label, but to test whether he can be considered a philosopher within a tradition in which philosophy is inseparable from the transformation of the person who philosophizes. Within this framework, the absence of a systematic doctrine is not necessarily a decisive argument against his philosophical status. On the contrary, if philosophy is defined by the exercise performed upon one's own life, then the practices through which Cioran assumes, endures, and manages existence must be examined.

From this perspective, the research is structured into four chapters. The first two are predominantly analytical and aim to establish the conceptual framework and clarify the relationship between life and philosophy in Cioran. The last two are predominantly hermeneutic and seek to identify Cioranian spiritual exercises. These are grouped according to two fundamental directions: exercises of despair, through which existence becomes bearable, and exercises of beatitude, through which the subject attempts to move beyond his ordinary

state. This structure should not, of course, be understood as a rigid separation. Despair and beatitude are not wholly independent states, but two poles between which Cioranian experience – and human experience more generally – unfolds. Exercises of despair prepare for, or make possible, survival, while exercises of beatitude point toward the possibility of transfiguration. A permanent tension exists between the two, and this very tension gives unity to a body of work that explicitly rejects every form of systematic unity.

3. Philosophy as Spiritual Exercise and Way of Life

The first chapter establishes the conceptual framework for the entire research. The problem from which I began is the difficulty of defining philosophy exclusively in terms of theoretical activity. Such a definition risks excluding an important part of the philosophical tradition, particularly the practices through which philosophy was lived as formation, conversion, and transformation of the subject. Within this paradigm, the philosophical question cannot be separated from the question of how to live. To philosophize means not only to formulate answers, but also to learn to see, judge, desire, and act differently.

Pierre Hadot offers one of the most important points of reference for this reconsideration. The concept of "spiritual exercise" makes it possible to understand ancient philosophy as an activity aimed at transforming the person. An exercise is not merely an intellectual workout, but a practice through which a person changes his relationship with himself and the world. It may involve meditation, self-examination, anticipation of particular events, recollection, a change of perspective, or the disciplining of desires. What matters is that the intended outcome is not the accumulation of information, but the formation of a particular way of existing.

Michel Foucault complements this perspective through his analysis of "care of the self." In this model, the subject is not given once and for all, but is constituted through practices. To care for oneself means to work on oneself, continually examine one's life, cultivate certain habits, and take seriously one's relationship with truth. The ethical dimension of philosophy is therefore inseparable from a process of subjectivation. Philosophy is not only what is said about the good life, but also what a person does in order to become capable of living in a particular way.

Hadot and Foucault are not treated as authors who offer the same theory, since their emphases and interpretations differ. I have nevertheless drawn on both because they allow a shared premise to be established: philosophical thought can transform the person who practices

it. This premise is decisive for reading Cioran, since it shifts the analysis away from the content of his propositions and toward the function that writing and reflection serve in his existence.

I then showed that spiritual exercise can be defined through several converging features. It begins with experience, passes through reflection, imagination, and sensibility, and returns to life in order to change it. Exercise thus describes a circular movement between life and thought. Experience provides the material for reflection, while reflection does not remain abstract but returns to experience. Through this movement, the subject is not merely informed but formed. The ethical character of the exercise derives precisely from its orientation toward changing conduct. Not every act of self-reflection automatically constitutes a spiritual exercise. To qualify as such, it must produce or aim at a change in one's way of living. Exercise requires repetition and practice; it is not exhausted by the formulation of an idea. Philosophy as a way of life therefore entails a certain discipline of existence, even when that discipline does not take the form of explicit rules.

This definition makes it possible to move from Antiquity to modernity. An important aim of the research is to show that spiritual exercise is not a practice historically confined to ancient schools, but a continuing practice that can be found throughout cultural history, even as its form and content change.

Presenting these models helps avoid an overly narrow interpretation of spiritual exercise. If it were associated exclusively with the explicit practices of Antiquity, applying this hermeneutic model to Cioran would be impossible. Historical continuity, by contrast, shows that philosophy can retain its formative function even when its vocabulary and modes of expression change. Modernity does not necessarily eliminate philosophy as a way of life; it reconfigures it. Here, Michel de Montaigne—whose work I discuss to reinforce this thesis—becomes a relevant bridge to modernity. His Essays turn personal experience, self-examination, and observation of everyday life into philosophical material. Montaigne does not construct a system in the classical sense, and the value of his writing lies precisely in the closeness between life and reflection. In this respect, he is an important precedent for understanding an author such as Cioran, for whom first-person writing, the fragment, and confession are fundamental forms of philosophizing.

The first chapter therefore establishes an operational definition of philosophy as a way of life. Philosophy is understood as an activity that engages the subject as a whole and seeks to transform his way of existing. Spiritual exercise is the concrete form of this transformation. This perspective does not eliminate philosophy's theoretical dimension, but places it in a

broader relationship with life. It is precisely this broader conception of philosophy that makes it possible to investigate Cioran in the following chapters.

The second chapter examines the relationship between Emil Cioran's life and work. It does not aim to write a biography or reduce ideas to biographical causes. Its purpose is to identify experiences that helped shape a particular way of relating to existence and that can later be traced in the author's writings. Biography is thus used as a hermeneutic tool, not as a substitute for philosophical interpretation. The sociocultural context in which Cioran developed is important for understanding his sensibility. He belonged to a generation of Romanian intellectuals concerned with overcoming the cultural gap and integrating Romanian culture into the European sphere. In Cioran's case, this concern intersects with a radical experience of crisis, distrust of collective projects, and an intense preoccupation with individual destiny. These elements do not fully explain his work, but help outline the context in which it should be read.

The experience of insomnia occupies a central place. Cioran describes it as an existential crisis that changes one's relationship with time, the body, and the world. A person who cannot sleep is deprived of the possibility of forgetting and of temporarily suspending consciousness. The forced continuity of lucidity turns the night into a space for confronting one's own thoughts and the problematic nature of existence.

From this experience emerges what the research calls tragic consciousness. Lucidity brings no peace; it can become a form of suffering. Cioran discovers a disproportion between consciousness's capacity to see and life's capacity to endure what is seen. Despair can thus be understood as a rupture produced when thought advances beyond life. The more lucid a person becomes, the harder it is to surrender to the illusions that make existence bearable. During his Paris years, this tragic consciousness is also associated with the term *cafard*, denoting a state of oppression, emptiness, and difficult-to-define anguish. For this research, the important point is that these states do not remain mere literary themes. They become the conditions from which certain practices arise. Writing, sincerity, indolence, and meditation on suicide appear as responses to a concrete existential situation.

4. **Cioran and Spiritual Exercises**

The application of the concept of *spiritual exercise* to Cioran requires a degree of caution. Whereas the classical spiritual exercise generally presupposes an explicit orientation towards self-formation and the attainment of a particular ideal of wisdom, Cioran's exercises originate in an experience of failure, rupture, and impossibility. Cioran offers no programme

of transformation, nor does he assume the position of a master. For this reason, his exercises are, in many respects, "negative" exercises: rather than leading directly towards a model of perfection, they enable the subject to navigate a state of crisis.

This distinction is crucial to the interpretation of Cioran's work. His exercises should not be assessed according to their conformity to an ancient model, but rather in terms of the function they perform within the broader economy of his existence. They are practices through which an experience of extremity is articulated, endured, and sometimes transfigured. In this sense, Cioran's writing may be understood as an exercise in restoring the integrity of a self fragmented by passions, obsessions, and anxieties.

This perspective also provides the criterion for selecting the exercises examined in the final two chapters of this thesis. Needless to say, I have not regarded every theme encountered in Cioran's work as a spiritual exercise. Instead, I have focused on those attitudes and practices that involve a return to one's own existence and a certain transformation of one's relationship to it. The exercises are divided into two categories: exercises of despair, which make life bearable, and exercises of beatitude, which point towards the possibility of transcending the ordinary human condition.

Accordingly, the third chapter examines *suicide*, *indolence*, and *writing*—recurring themes and attitudes in Cioran's work that I have classified as spiritual exercises *of despair*. Although Cioran neither defines them in these terms nor associates them with philosophy, from which he repeatedly claimed to have distanced himself, I have sought to demonstrate that, for a man afflicted by despair and deeply conscious of the tragic nature of life, the practice of these exercises, particularly at the theoretical and ideal level, provided a means of carrying on with existence and surviving its various trials and temptations. Practised in an optimal measure, much like a form of homeopathic therapy, suicide, indolence, and writing each played a role analogous to that of certain ancient exercises through which the philosopher *learned to die*, freeing himself from the fear of misfortune and death; then *learned to live* more fully and authentically by reactivating the paradisiacal conditions that Cioran considered lost with the Fall; and, finally, acquired the *art of interpretation*, indispensable for navigating concrete reality. Thus, in a highly original manner, when his biography is considered alongside his bibliography, these practices seem to establish Cioran as a genuine philosopher.

Although he most often assumed the role of the pessimist, I have identified numerous testimonies and passages that also attest to the many moments of beatitude that illuminated his existence. Despite their relative scarcity, these experiences were sufficiently intense to exert a transformative influence on his *self-fulfilment*. The *erotic*, *mystical*, and *musical* forms of

ecstasy, discussed in the fourth chapter, represent another way of exercising the possibilities available to human beings for rising above their ordinary condition. I have noted and emphasised, where appropriate, that Cioran's persistent return to these practices, together with each new feature he discovered or tested in these domains, provides evidence of his inclination towards action and his desire to transcend his existing condition. In other words, these three *exercises of beatitude* offer tangible opportunities for transfiguration, even if their effects prove to be fleeting.

Depending on the context, Cioran regards love, mysticism, and music as means of anticipating and attaining a state of beatitude in which one's relationships with others, with the Divine, and with oneself are purified and become sources of edification. In my interpretation, I have gone further, arguing that these were not merely abstract, theoretical reflections, but genuine practices that Cioran consciously embraced and to which he repeatedly returned.

Yet to what extent did Cioran approach wisdom through the practice of these exercises? What effect did they have on him? A definitive answer is difficult to provide. His repeated returns, attempts, negations, and contradictions, to which he remained committed until the very end of his life, suggest that he never attained wisdom or complete tranquillity. Yet it is equally true that, through these exercises of wisdom, he explored his human potential more extensively than many of his contemporaries. It is precisely his obsessive return to these practices that marks him as a true philosopher. This does not, of course, mean that the other labels frequently applied to him—as moralist, writer, or thinker—are any less appropriate. My aim has been to show that there are sound grounds for considering him a philosopher *as well*. A philosopher by virtue of his exercises.

Rejecting the authority of a master or of the Divine, Cioran became a philosopher of solitude, which he embraced and loved passionately. Through solitude, he discovered himself, having first learned to turn it into a "place" of growth. By refusing to confront with others the existential contradictions and paradoxes that tormented him, he eventually integrated them into his own method without a method. Perhaps this also explains why he had no disciples. He did not seek to impart knowledge, yet he found fulfilment in giving meaning and value to a moment, whether for himself or for others. Cioran is also a philosopher because he made his own life an object of reflection, avoiding the vanity of abstract and purely theoretical thought.

I therefore maintain that it is legitimate to speak of *Cioranian spiritual exercises*, since reading his works does not necessarily lead to the accumulation of new knowledge, but instead creates space for a deeper understanding of the inner movements of human experience. His work has the merit of naming and articulating states that we all experience, thereby facilitating

our relationship with others and with reality. This is essential to the process of human fulfilment. Ultimately, any theoretical construction loses its relevance if philosophy does not also constitute a living practice of self-discovery. For this reason, I contend that what is essential to the definition of a philosophy or a philosopher lies not so much in the content of a doctrine or its validity, but rather in the practices it entails for the actualisation of human potential. In this sense, Cioran's "school" was humanity itself, rather than a cultural elite composed of a select group of disciples.

5. The Specific Character of Cioranian Spiritual Exercises

Analysis of the two groups of exercises makes it possible to characterize the Cioranian model more precisely. First, these exercises are paradoxical. They may take the form of attitudes not ordinarily associated with spiritual formation, such as indolence or meditation on suicide. Second, they are not prescribed by a master and do not form an explicit program. Cioran offers no instructions for attaining wisdom. The exercises are identified retrospectively by relating life to writing. Third, they are profoundly individual. They do not claim universality and cannot be turned without remainder into a set of rules applicable to everyone. This is where one of the research's major limitations appears: what can be identified as an existential practice in Cioran cannot automatically be turned into a general method of life. Cioran speaks about himself, and this singularity must be preserved. Fourth, the exercises serve two different but complementary functions. Exercises of despair make life bearable; exercises of beatitude intensify it and temporarily transcend it. The former work on limitation, the latter on possibility. Together, they describe a non-linear movement: a person falls, rises, returns, repeats, and reinterprets.

At this point, the concept of "exercise" acquires a deeper meaning. Its etymology, derived from the Latin *exercere*, suggests setting something in motion, emerging from a state of captivity, and repeating an action until a degree of autonomy is attained. Exercise therefore involves tension and transformation. Although Cioran sometimes seems to reject precisely this movement, his work shows him returning obsessively to the same problems, taking them up again, reformulating them, and passing through them once more. Repetition becomes his form of exercise. This repetitive character also allows a comparison with the ancient model. The ancient philosopher practises in order to transform his way of living; Cioran returns to the same obsessions in order to go on living. The difference is that ancient exercise is often oriented toward a positive and stable *telos*, whereas Cioranian exercise remains open, contradictory, and without any guarantee of final wisdom. This difference is precisely what makes it original.

6. Conclusions

The fundamental question of this research was whether Emil Cioran practised philosophy as a spiritual exercise. A definitive answer is difficult to formulate, especially because the author did not explicitly embrace such an interpretation. The material examined contains no statement that would unambiguously identify Cioran with the model of a philosopher who consciously conceives of his existence as a program of spiritual exercises. The conclusion is therefore not that Cioran was an explicit representative of Hadot's or Foucault's tradition, but that certain practices and attitudes of his can legitimately be interpreted through the category of spiritual exercise.

The research began with the need to clarify the meaning of exercise itself. Exercise involves setting in motion, repetition, discipline, and the transformation of a potentiality. In spiritual exercises, it is the subject himself who is put to work: his way of perceiving, judging, desiring, and acting. Exercise therefore aims not merely at performing an activity, but at transforming the person who practises it.

From this perspective, Cioran initially seems incompatible with philosophy-as-exercise. He is associated with inertia, fatigue, negation, and despair. Yet this impression changes when attention shifts from the content of his statements to their existential function. Cioran does not seek to convince the reader of the truth of a doctrine, but to confront the reader with certain states and compel him to look at them. His writing produces a state before it conveys a thesis. The criterion of transformation must therefore be understood carefully. Cioranian exercises are not recommended as recipes for a good life, nor do they constitute a moral code. Some of them, such as suicide or indolence, could become deeply problematic if detached from their context. Their function in Cioran's work is reflective and existential: they open up the possibility of seeing the limits of life differently.

In the case of the exercises of despair, the research identified four major practices: sincerity, writing, indolence, and meditation on suicide. Sincerity is the condition for confronting oneself. Writing turns this confrontation into a practice of objectification and interpretation. Indolence challenges the identification of life with work and productivity, while meditation on suicide brings death to the centre of reflection in order to change one's relationship with life. These practices serve a function analogous to that of certain ancient philosophical exercises: they help the subject relate differently to fear, suffering, work, death, and inwardness. Cioran's originality lies in the fact that his exercises are constructed from within despair, not from the standpoint of wisdom already attained. He does not practise

because he possesses a truth to be applied, but because he cannot free himself from the questions that obsess him.

The exercises of beatitude introduce a different direction. Music, love, and faith or mysticism are experiences through which negativity is suspended and the subject can open up to a form of plenitude. They are less frequent than experiences of despair, but their very intensity gives them particular importance. Cioran is not only the author of night, but also the author of moments of light, ecstasy, and proximity to something that exceeds the ordinary human condition.

Another important conclusion concerns Cioran's philosophical status. The research does not seek to declare him a philosopher by issuing a verdict from outside his work, but to show that philosophical status can be discussed using a criterion other than doctrine. If philosophy is defined solely by the existence of a system, Cioran remains difficult to accommodate. If, however, philosophy is also understood as a way of life, an exercise in transformation, and a practice of relating to oneself, then his work becomes intelligible in a different way. This conclusion does not cancel Cioran's other identities. He can be read simultaneously as a moralist, writer, thinker, skeptic, or author of a radical form of existential reflection. What the research adds is the possibility of considering him a philosopher as well – not despite the absence of a system, but through a different understanding of philosophy. Cioran would be a philosopher "because of his exercises," that is, because of the way he turned his life into an object of reflection and writing into a practice of the self.

A decisive aspect of this interpretation is the author's solitude. Cioran did not build a school in the institutional sense or seek to train disciples. He offered no program for transmitting a doctrine and claimed no authority as a master. Instead, he made his own solitude a space for working on himself. In my view, this rejection of external authority corresponds to the assumption of radical responsibility for one's own existence. In this sense, Cioran's "school" is not made up of disciples; its subject is the human being himself. The reader is not invited to repeat the author's opinions mechanically. On the contrary, the Cioranian exercise takes effect when it compels the reader to confront his own contradictions. The work provides no solutions, but names states that readers may recognize in their own experience.

This also explains the transformative character of the work. Transformation does not occur through accepting a doctrine, but through recognition. Cioran gives form to experiences such as insomnia, despair, fear, solitude, the desire for death, love, ecstasy, and faith. Once articulated, these experiences can be viewed from a certain distance. The reader does not necessarily acquire new information, but may gain a more precise vocabulary for what he or

she is experiencing. Cioranian spiritual exercises should therefore be understood more as practices of lucidity than as methods of salvation. They promise neither wisdom, peace, nor permanent beatitude. Cioran himself never reaches such a state, and his continual return to contradictions and negations confirms the open-ended nature of his search. The fact that the exercises must be repeated continually is one of the model's fundamental features. From the perspective of philosophy as a way of life, this repetition is not a failure; it can be understood as the very condition of exercise. A person is not transformed once and for all, but continually renews his or her relationship with self and world. Cioran does not attain the stable wisdom of the ancient philosopher, but repeatedly exercises his possibilities. He turns this repetition into a form of existence.

Finally, the research acknowledges the hypothetical nature of its conclusion. "Cioranian spiritual exercises" is not a definitive category, but a key to interpretation. Its value lies in its ability to relate elements that may seem incompatible when examined separately: despair and beatitude, negation and transformation, solitude and relationships with others, writing and life, philosophy and the rejection of philosophy. Through this interpretive key, Cioran can be (re)discovered as a philosopher without being forced to become what he did not wish to be: a system-builder. The research does not close the question, but reopens it or keeps it open. The question of whether Cioran practised philosophy as spiritual exercise remains connected to the broader question of the meaning of philosophy itself. If philosophy is only theory, Cioran will always remain a borderline case. If philosophy is also a living practice of self-search, his experience becomes relevant to reconsidering a tradition in which thought and life cannot be separated.

The thesis's fundamental conclusion is that philosophy should not be defined exclusively by the content of a doctrine or the validity of a system, but also by the practices it engages in order to actualize human potential. In Cioran's case, these practices are not organized into a program and do not lead to a definitive result. They constitute a continuous movement between despair and beatitude, lucidity and the desire for oblivion, solitude and love, negation and the possibility of transfiguration.

Bibliography

a. Primary sources

Cioran Emil, *Pe culmile disperării*, Editura Humanitas, București, 1990, și trad. franceză *Sur les cimes du désespoir*, tr. Andreiu Vornic, în *Oeuvres*, Éditions Gallimard, Paris, 1995.

Cioran Emil, *Cartea amăgirilor*, Editura Humanitas, București, 1991.

Cioran Emil, *Lacrimi și sfinți*, Editura Humanitas, București, 2017.

Cioran Emil, *Amurgul gândurilor*, Editura Humanitas, București, 1991.

Cioran Emil, *Îndreptar pătimaș*, I și II, ed. Constantin Zaharia, Editura Humanitas, București, 2011.

Cioran Emil, *Tratat de descompunere* (*Précis de décomposition*), tr. Irina Mavrodin, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Silogismele amărăciunii* (*Syllogismes de l'amertume*), tr. Nicolae Bârna, Editura Humanitas, București, 2007.

Cioran Emil, *Ispita de a exista* (*La tentation d'exister*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Istorie și utopie* (*Histoire et utopie*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 1992.

Cioran Emil, *Căderea în timp* (*La chute dans le temps*), tr. Irina Mavrodin, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Demiurgul cel rău* (*Le mauvais démiurge*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 2011.

Cioran Emil, *Despre neajunsul de a te fi născut* (*De l'inconvénient d'être né*), tr. Florin Sicoie, Editura Humanitas, București, 2002.

Cioran Emil, *Sfârtecare* (*Écartèlement*), tr. Vlad Russo, Editura Humanitas, București, 2016.

Cioran Emil, *Exerciții de admirație. Eseuri și portrete* (*Exercices d'admiration*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Mărturisiri și anateme* (*Aveux et anathèmes*), tr. Emanoil Marcu, Editura Humanitas, București, 2003.

Cioran Emil, *Scrisori către cei de-acasă*, stabilirea și transcrierea textelor de Gabriel Liiceanu și Theodor Enescu, tr. Tania Radu, Editura Humanitas, București, 1995.

Cioran Emil, *Caiete*, I-III, tr. Emanoil Marcu, Vlad Russo, Editura Humanitas, București, 2012[2].

Cioran Emil, *Singurătate și destin*. *Publicistică 1931-1944*, Marin Diaconu (ed.), Editura Humanitas, București, 1991.

Cioran Emil, *Scrisori către Wolfgang Kraus 1971-1990*, tr. George Guțu, Editura Humanitas, București, 2009.

Cioran Emil, *Carnetul unui afurisit*, ed. Constantin Zaharia, Editura Humanitas, București, 2021.

Cioran Emil, *Razne*, Editura Humanitas, București, 2012.

Cioran Emil, *Vivere contro l'evidenza. Intervista con Christian Bussy*, Edizione La scuola di Pitagora, Napoli, 2014.

AAvv, *Convorbiri cu Cioran*, Editura Humanitas, București, 2004[2].

Cioran Emil, *Opere*, vol. I-IV, ediție îngrijită de Marin Diaconu și coordonată de Eugen Simion, Editura Fundației Naționale pentru Știință și Artă, București, 2017–2018.

b. Cioranian exegesis

Abad Alfredo-Andrés, „Cioran et la philosophie", în *Alkemie. Revue semestrielle de littérature et philosophie*, nr. 6 (Décembre 2010), Sibiu, 2010, pp. 54-58.

Afrăsinei Elena, *Emil Cioran: exilul metafizic*, Editura PIM, Iași, 2012.

Astier Ingrid, „Cioran, l'homme contraire", *Rev. Roum Philosophie*, 65,1, București, 2021, pp. 35-39.

Astier Ingrid, „L'écriture du paradoxe", în *Les Cahiers de L'Herne. Emil Cioran*, Éditions de L'Herne, Paris, 2009.

Bălan George, *În dialog cu Emil* Cioran, Editura Cartea Românească, București, 1996.

Bulboacă Amelia-Natalia, „Caduta e destino: l'antropologia filosofica di Emil Cioran", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 55-72.

Buzdugan Adrian, „Cioran – între o filosofie a vieții și o filosofie pentru viață", în *Revista de Filosofie*, LXVIII, 5, București, 2021, pp. 561-586.

Buzdugan Adrian, *Cioran. Filosofia unui „antifilosof"*, Editura Litera, București, 2023.

Carannante Irma, „Limba fără locuire. Emil Cioran și Eugene Ionesco: două cazuri de exil lingvistic", în *Analele Universității București*, LXXII, 2023, pp. 3-20.

Carloni Massimo, „Cioran e la virtù dell'indolenza", în Di Gennaro Antonio, Molcsan Gabriella (ed.), *Cioran in Italia. Atti del convegno (10 novembre 2011)*, Edizione Aracne, Roma, 2012, pp. 93-108.

Carloni Massimo, „Né con Dio, né senza Dio. Cioran un mistico che non crede in nulla", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano-Udine, 2019, pp. 11-30.

Chelariu Ionuț, „La domanda metafisica secondo Emil Cioran", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 191-202.

Chira Vasile, *Dominantele gândirii cioraniene*, Editura Universității „L. Blaga", Sibiu, 2006.

Ciaralli Fabio, *Emil Cioran. Odiseea della lucidità*, Edizione La Scuola din Pitagora, Napoli, 2017.

Cicortaş Horia Corneliu, „Emil Cioran e Mircea Eliade sulle tracce dell'assoluto", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 31-40.

Ciocioman Adrian, „Despre Dumnezeu. *Absolutul* ca imagine a deznădăjduirii la Emil Cioran", în *Revista de filos*ofie, București, 2024, LXXI, 2, pp. 213-230.

Ciocioman Adrian, „Metafizica biografiei intruzive. «Eu»", în Adrian Ciocioman (coord.), *Studii cioraniene*, I, Editura Eikon, București, 2025, pp. 9-19.

Dicționar de termeni cioranieni, I-II, Simona Constantinovici (coord.), Editura Universității de Vest, Timișoara, & Criterion Editrice, Milano, 2020.

Di Gennaro Antonio, Molcsan Gabriella (ed.), *Cioran in Italia. Atti del convegno (10 novembre 2011)*, Edizione Aracne, Roma, 2012.

Di Gennaro Antonio, „Tra invocazione e bestemmia: così prega Emil Cioran", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 41-58.

Di Gennaro Antonio, *Metafisica dell'addio. Studi su Emil Cioran*, Edizione Aracne, Roma, 2011.

Di Gennaro Antonio., „Emil Cioran: coscienza, scissione, amore", în Di Gennaro Antonio, Molcsan Gabriella (ed.), *Cioran in Italia. Atti del convegno (10 novembre 2011)*, Edizione Aracne, Roma, 2012.

Di Gennaro Antonio., „La svolta della disperazione: Emil Cioran e la storia", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 73-88.

Diaconu Mircea (ed.), *Pro și contra Emil Cioran. Între idolatrie și pamflet*, Editura Humanitas, București, 1998.

Dobre Marius, „Expresie și scepticism la Emil Cioran", în Viorel Cernica (coord.), *Studii de istorie a filosofiei românești*, IV, Editura Academiei Române, București, 2008, pp. 45-56.

Dobre Marius, *Certitudinile unui sceptic – Emil Cioran*, Editura Trei, București, 2008.

Dragomir Leonid, „Dincolo de pesimismul lui Cioran", în Georgeta Niculescu, Horia Vicențiu Pătrașcu (ed.), *Cioran și psihoterapia. Actele conferinței „Sclipiri de serenitate paradoxală: Emil Cioran și Psihoterapia Centrată pe Persoană"*, Editura Eikon, București, 2025, pp. 101-107.

Dur Ion, *De la Eminescu la Cioran. Semne ale spiritului românesc*, Editura Scrisul Românesc, Craiova, 1996.

Fazio Salvatore-Massimo, *Regressione suicida dell'abbandono disperato di Emil Cioran e Manlio Sgalambro*, Edizione Bonfirraro, Barrafranca-Enna, 2016.

Ferraro Giuseppe, „Una vita sterminata: la voce di Emil Cioran", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 59-71.

Fiore Vicenzo, *Emil Cioran. La filosofia come de-fascinazione e la scrittura come terapia*, Edizione Nulla die, Piazza Armerina, 2018.

Garaz Oleg, *Emil Cioran și muzica elementelor primordiale (Hermeneutica)*, Editura Eikon, București, 2023.

Giustiniani Pasquale, „Tra Dio e il nulla. Il *miscuglio esplosivo* di filosofia e lirismo nella riflessione di Emil Cioran", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 73-88.

Ioniță Florin, *Viața și opera lui Emil Cioran*, Editura Rai, București, 1994.

Kluback William, Michael Finkenthal, *Ispitele lui Emil Cioran*, tr. Adina Arvatu, C.D. Ionescu, Mihnea Moise, Editura Univers, București, 1999.

Lăzărică Ionel, „Sacralitate și iconoclasm in ipostazele suferinței cioraniene", în *Revista de filosofie*, București, 2024, LXXI, 2, pp. 203–213.

Maftei Mara-Magda, *Cioran și utopia tinerei generații*, Editura Contemporanul, București, 2011.

Marino Francesca, „L'antiteodicea di Emil Cioran: il male in Dio", în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 89-96.

Masullo Aldo, „Soffrire è produrre conoscenza", în Antonio Di Gennaro, Gabriella Molcsan (ed.), *Cioran in Italia. Atti del convegno (10 novembre 2011)*, Edizione Aracne, Roma, 2012, pp. 169-166.

Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017.

Modreanu Simona, *Cioran ou la chance de l'échec*, Éditions Unicité, Saint-Chéron, 2021.

Modreanu Simona, *Cioran sau rugăciunea interzisă*, Editura Junimea, Iași, 2003.

Mucci Giandomenico, „E.M. Cioran, il nichilismo tentato dalla musica", în *La Civiltà Cattolica*, nr. 3712 (2005), pp. 366-373.

Munteanu Heliana, *Eugen Ionescu și Emil Cioran despre Muzică*, Editura Bibliotheca, Târgoviște, 2009.

Nastasă Irina, „Emil Cioran – precizări bibliografice”, în *Tribuna*, nr. 181, Cluj-Napoca, 2010, pp. 16-31.

Niculescu Georgeta, Horia Vicențiu Pătrașcu (ed.), *Cioran și psihoterapia. Actele conferinței „Sclipiri de serenitate paradoxală: Emil Cioran și Psihoterapia Centrată pe Persoană”*, Editura Eikon, București, 2025.

Noica Constantin, „Pentru Emil Cioran”, în Mircea Diaconu (ed.), *Pro și contra Emil Cioran. Între idolatrie și pamflet*, Editura Humanitas, București, 1998.

Paler Ioan, *Introducere în opera lui Emil Cioran*, Editura Paralela 45, București, 1997.

Pătrașcu Horia-Vicențiu, *Terapia prin Cioran. Forța gândirii negative*, Editura Trei, București, 2014.

Petreu Marta, *Despre bolile filosofilor. Cioran*, Editura Polirom, Iași, 2010.

Petreu Marta, *Filosofii paralele*, Editura Limes, Cluj-Napoca, 2005.

Pozzi Mattia Luigi, „L’apocalisse esige umorismo: le categorie del religioso in Emil Cioran”, în Antonio di Gennaro (ed.), *Dio e il nulla. La religiosità di Emil Cioran*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2019, pp. 117-144.

Rădulescu Carmen-Ligia, *Emil Cioran. Conştiinţa ca fatalitate*, Editura Recif, București, 1994.

Regier Willis, „Cioran’s Insomnia”, în *MLN*, vol. 119, nr. 5, The Hopkins University Press 2004, pp. 994-1012.

Reschika Richard, *Introducere în opera lui Emil Cioran*, tr. Viorica Nișcov, Editura Saeculum, București, 1998.

Rotiroti Giovanni, *I demoni della lucidità. Il caso Cioran tra psicanalisi e filosofia*, Edizione Soneria Mannelli, Rubbettino, 2005.

Rotiroti Giovanni, *Dezvrăjirea lui Cioran*, Editura Napoca Star, Cluj-Napoca, 2015.

Rotiroti Giovanni, *Chipul meduzei*, Editura Napoca Star, Cluj-Napoca, 2017.

Savater Fernando, *Cioran. Un angelo sterminatore*, tr. Claudio-Maria Valentinetti, Frassinelli, Piacenza, 1998.

Savater Fernando, *Eseu despre Cioran*, tr. Sorin Mărculescu, Editura Humanitas, București, 1998.

Simion Eugen, *Cioran: o mitologie a nedesăvârşirilor*, Editura Tracus Arte, București, 2014.

Tănase Stelian, *Cioran și Securitatea*, Editura Cuantic, București, 2023.

Thoma Friedgerald, *Pentru nimic în lume*. *O iubire a lui Cioran*, tr. Nora Iuga, Editura EST, București, 2005.

Turcan Nicolae, *Cioran sau excesul ca filosofie*, Editura Limes, Cluj-Napoca, 2008.

Vanini Paolo, „Cioran e la musica", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 251-260.

Vanini Paolo, „Cioran, Saturno e la repubblica dei futili", în Meroi Fabrizio, Pozzi Mattia-Luigi, Vanini Paolo (ed.), *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano, 2017, pp. 203-220.

Vălcan Ciprian, „Imaginea lui Pascal în scrierile cioraniene", în *Vatra*, nr. 400-401, Târgu Mureș, 2004, pp. 85-88.

Vălcan Ciprian, *Cioran, un aventurier nemișcat. Treizeci de interviuri*, Editura ALL, București, 2015.

Vişdei Anca, *Cioran ou le gai désespoir*, Éditions de l'Archipel, Paris, 2025.

Weininger Otto, *Sex și caracter*, tr. Mioara Mocanu, Editura Institutului European, Iași, 2009.

Zaharia Constantin, „Hypocrisie et abnégation. De l'ironie chez Cioran", în *Rev. Roum Philosophie*, 65,1, București, 2021, pp. 41-55.

Zarifopol-Johnston Ilinca, *Searching for Cioran*, Indiana University Press, Bloomington and Indianapolis, 2009.

Zucal Silvano, „La nascita maledetta e la gnosi atea di Cioran", în Fabrizio Meroi, Mattia Luigi Pozzi, Paolo Vanini, *Cioran e l'Occidente. Utopia, esilio, caduta*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2017, pp. 167-190.

c. Philosophy as a Way of Life

Ambury James M., Irani Tushar, Wallace Kathleen (ed.), *Philosophy as a Way of Life. Historical, Contemporary and Pedagogical Perspectives*, Wiley, Malden – Oxford, 2021.

Ansell-Pearson K., *Nietzsche's Search for Philosophy*, Bloomsbury, London – Oxford – New York, 2018.

Chase Michael, Clark Stephen, McGhee Michael (ed.), *Philosophy as a Way of Life, Ancients and Moderns: Essays in Honor of Pierre Hadot*, Chichester, Blackwell, 2013.

Chase Michael, „Introduction", în Michael Chase, Stephen Clark, Michael McGhee (ed.), *Philosophy as a Way of Life, Ancients and Moderns: Essays in Honor of Pierre Hadot*, Chichester, Blackwell, 2013.

Cooper John M., *Pursuits of Wisdom. Six Ways of Life in Ancient Philosophy from Socrates to Plotinus*, Princeton University Press, Princeton și Oxford, 2012.

D'Agostino Simone, *Esercizi spirituali e filosofia moderna. Bacon, Descartes, Spinoza*, Edizione ETS, Pisa, 2017.

Davidson Arnold I., Worms Fréderic (ed.), *Pierre Hadot, l'insegnamento degli antichi, l'insegnamento dei moderni. L'ultima conversazione con Pierre Hadot*, tr. Laura Cremonesi, Edizione ETS, Pisa, 2012.

Davidson Arnold I., *Gli esercizi spirituali della musica. Improvvisazione e creazione*, Edizione Mimesis, Milano–Udine, 2020.

Domanski Juliusz, *La philosophie, théorie ou manière de vivre? Les controverses de l'Antiquité à la Renaissance*, Éditions Cerf, Fribourg, 1996.

Eikeland Olav, *The Ways of Aristotle: Aristotelian Phronesis, Aristotelian Philosophy of Dialogue, and Action Research*, Peter Lang Verlag, Berlin, 2008.

Faustino Marta, „Philosophy as a Way of Life as a Practice of Dissidence and Experimentation", în José Miranda Justo, Elisabete de Sousa, Fernando Silva (ed.), *Philosophy as Experimentation, Dissidence and Heterogeneity*, Cambridge Scholars Publishing, 2021, pp. 340-357.

Faustino Marta, Ferraro Gianfranco (ed.), *The Late Foucault. Ethical and Political Questions*, Bloomsbury, London, 2020.

Faustino Marta, „Philosophy as a Way of Life Today: History, Criticism and Apology", în James M. Ambury, Tushar Irani, Kathleen Wallace (ed.), *Philosophy as a way of life. Historical, Contemporary, and Pedagogical Perspectives*, Wiley, Malden-Oxford, 2021.

Ferraguto Federico (ed.), *Michel de Montaigne. Filosofia come arte di vivere*, Fazi Editore, Roma, 2021.

Ferraris Maurizio, *Manifesto del nuovo realismo*, Edizione Laterza, Roma–Bari, 2012.

Fontana Alessandro, „Il paradosso del filosofo", în *Aut-Aut*, nr. 323, 2004, pp. 87-96.

Foucault Michel, „L'écriture de soi", în *Dits et écrits*, IV (1980-1988), Èdition Gallimard, Paris, 1994, pp. 415-430.

Foucault Michel, „L'éthique du souci de soi comme pratique de la liberté", *Dits et écrits*, IV (1980-1988), Èdition Gallimard, Paris, 1994, pp. 708-729.

Foucault Michel, *Hermeneutica subiectului. Cursuri la Collège de France (1981-1982)*, tr. Bogdan Ghiu, Editura Polirom, Iași, 2004.

Foucault Michel, *Istoria sexualității*, II, *Practicarea plăcerilor*, tr. Cătălina Vasile, Editura Univers, București, 2004.

Foucault Michel, *Theatrum Philosophicum*. *Studii, eseuri, interviuri (1963-1984)*, Cluj, 2001.

Friedmann Georges, *La puissance et la sagesse*, Éditions Gallimard, Paris, 1970.

Grimm Stephen, Cohoe Caleb, „What is Philosophy as a Way of Life? Why Philosophy as a Way of Life?", în *European Journal of Philosophy*, 29, 2020, pp. 236-251.

Hadot Pierre, *Ce este filosofia antică?*, tr. George Bondor, Claudiu Tipuriță, Editura Polirom, Iași, 1997.

Hadot Pierre, *La philosophie comme manière de vivre. Entretiens avec Jeannie Carlier et Arnold I. Davidson*, Èdition Albin Michel, Paris, 2001.

Hadot Pierre, „Exercices spirituels", în *Exercices spirituels et philosophie antique*, Èdition Albin Michel, Paris, 2002, pp. 19-74.

Hadot Pierre, „L'histoire de la pensée hellénistique et romaine", în *Exercices spirituels et philosophie antique*, Èdition Albin Michel, Paris, 2002, pp. 255-287.

Hadot Pierre, „Réflexions sur la notion de «culture de soi»", în *Exercices spirituels et philosophie antique*, Èdition Albin Michel, Paris, 2002, pp. 323-332.

Hadot Pierre, *Exercices spirituels et philosophie antique*, Èdition Albin Michel, Paris, 2002.

Hadot Pierre, *Filozofia ca mod de viață. Convorbiri cu Jeannie Carlier și Arnold I. Davidson*, tr. Adrian Cotora, Editura Humanitas, București, 2019.

Hadot Pierre, *N'uoblie pas de vivre. Goethe et la tradition des exercices spirituels*, Edition Albin Michel, Paris, 2008.

Iftode Cristian, *Filosofia ca mod de viață. Sursele autenticității*, Editura Paralela 45, Pitești, 2010.

Montaigne Michel de, *Eseuri. Cărțile întâi, Cartea a doua* și *Cartea a treia*, tr. Vlad Russo, Editura Humanitas, București, 2022.

Montaigne Michel de, *Les Essais*, Èditions Robert Laffont, Paris, 2019.

Mureșan Valentin, „Filosofia ca mod de viață sau despre relația filosofie–biografie", în *Revista de Filosofie Analitică*, vol. IV, 2, București, 2010, pp. 87-114.

Natoli Salvatore, *La felicità di questa vita*, Edizione Mondadori, Milano, 2000.

Natoli Salvatore, *La verità in gioco. Scritti su Foucault*, Edizione Feltrinelli, Milano, 2005.

Nica Daniel, *Cine sunt eu? Autenticitatea și limitele sale morale*, Editura Ratio et Revelatio, Oradea, 2022.

Palmieri Daniele, *La filosofia come esercizio spirituale. Hadot e il recupero della filosofia antica*, Edizione Youcanprint, Tricase, 2018.

Sellars John, „Self or Cosmos: Foucault versus Hadot", în Marta Faustino, Gianfranco Ferraro (ed.), *The Late Foucault. Ethical and Political Questions*, Bloomsbury Academic Press, London, 2020, p. 37-52.

Sellars John, *The Art of Living. The Stoics on the Nature and Function of Philosophy*, Bloomsbury Academic Press, London–New York, 2009.

Sellars John., „What is Philosophy as a Way of Life?", *Parrhesia: A Journal of Critical Philosophy*, London, n. 28, 2017, pp. 40-56.

Seneca Lucius Annaeus, *Scrisori către Luciliu*, tr. Gheorghe Guțu, Editura Humanitas, București, 2020.

Seneca, *M-ai întrebat de ce*, Editura Seneca, București, 2014.

Sharpe Matthew, Testa Federico, (ed.), *The Selected Writings of Pierre Hadot*, Bloomsbury Academic Press, London–New York, 2020, pp. 1-29.

Sharpe Mathew, „It's not the Chrysippus You Read: Epictetus and Hadot Contra Cooper on Philosophy as a Way of Life", în *Philosophy Today*, vol. 58, nr. 3, 2014, pp. 367-392.

Sharpe Matthew, Ure Michael, *Philosophy as a Way of Life: History, Dimensions, Directions*, Bloomsbury Academic Press, London, 2021.

Testa Federico, „The Great Cycle of the World: Foucault and Hadot on the Cosmic Perspective and the Care of the Self", în Faustino Marta, Ferraro Gianfranco (ed.), *The Late Foucault. Ethical and Political Questions*, Bloomsbury Academic Press, London, 2020, pp. 53-72.

Ure Michael, *Nietzsche's Therapy – Self-Cultivation in the Middle Works*, Lexington Books, New York, 2008.

Ure Michael, „Foucault's Reinvention of Philosophy as a Way of Life: Genealogy as a Spiritual Exercise", în Marta Faustino, Gianfranco Ferraro (ed.), *The Late Foucault. Ethical and Political Questions*, Bloomsbury Academic Press, London, 2020, pp. 19-36.