

STOICISMUL AZI

Fragmente alese I

Ediție coordonată de

*Patrick
Nissher*

Traducere din limba engleză de
George Tudorie



EDITURA SENECA

CUPRINS

Despre <i>Stoicism Today</i>	7
Autori	9
Cuvânt-înainte – Stephen J. Costello	17
Introducere – Patrick Ussher	20
Stoicism pentru începători – John Sellars	26
I. STOICISM TEORETIC	
Concepte fundamentale ale eticii stoice la Marcus Aurelius – Christopher Gill	31
Stoicii despre comunitatea ființelor umane – Patrick Ussher	36
Stoicii nu sunt lipsiți de emoții! – Donald Robertson	42
Despre motivațiile unui stoic – Michael Daw	47
II. STOICISM ADAPTAT PENTRU ZILELE NOASTRE	
Care stoicism? – John Sellars	53
O abordare simplă și modernă a stoicismului – Donald Robertson	57
Cu ce ne pot ajuta stoicii? – Antonia Macaro	61
III. ÎNVĂȚĂTURI STOICE	
Despre acceptarea morții – Corey Anton	77

Recunoștință și mirare – Mark Garvey	81
Fericire de vânzare - ce ar spune Seneca? – Laura Inman	87
Privește ca un stoic. O tehnică antică pentru consumatorii de azi – Tim Rayner	92
Controlează-ți emoțiile – Ryan Holiday	96

IV. POVEȘTI DE VIAȚĂ

Experiențele mele cu stoicismul – Helen Rudd.....	105
Cum e să fii un avocat stoic – Paul Bryson	111
Un primar stoic – Jules Evans	118
Încercarea încercărilor – Kevin Kennedy	127
Un doctor stoic – Roberto Sans-Boza	131
Însemnările unei femei stoice – Pamela Daw	136
Despre sconști, varză acră și stoicism – Eric Knutzen și Kelly Coyne	142

V. STOICISM PENTRU PĂRINȚI ȘI EDUCATORI

Lecții stoice pentru interacțiunea cu un copil mic – Chris Lowe	148
Paternitate și acceptare stoică – Jan Fredrik-Braseth	152
Drumul contează – Matt Van Natta	155
Învățătura stoică și controlul stoic – Michael Burton	160
Cum să discutăm la școală despre aspectele practice ale filozofiei – Jules Evans	164

VI. STOICISM ȘI PSIHOTERAPIE

Funcționează stoicismul? Stoicism și psihologie pozitivă – Tim LeBon	174
O schiță a influențelor stoice asupra logoterapiei lui Viktor Frankl – Stephen J. Costello	184
Cum mi-am recăpătat sănătatea mintală cu ajutorul terapiei cognitiv-comportamentale (CBT) și al stoicismului – James Davinport	191

Virtute conștientă: meditații răsăritene și etică stoică –

Ben Butina 204

Conștientizarea stoică și eliminarea budistă a egoului –

Aditya Nain 212

A existat oare o „conștientizare stoică”? – Patrick Ussher 216

VIII. LITERATURĂ STOICĂ ȘI STOICISM ÎN CULTURA MODERNĂ

Clubul Epictet: stoicism în închisori – Jeff Traylor 226

Ciclul Phoenix: literatură SF stoică – Bob Collopy 240

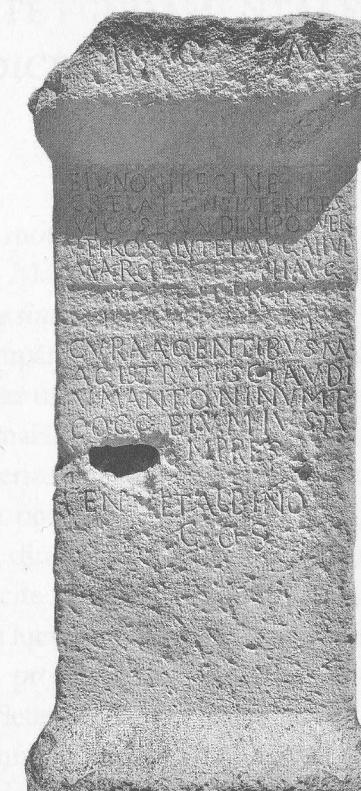
Socrate printre sarazini – Jules Evans 246

"Cred că toți copiii ar trebui să studieze filozofia stoică".

O conversație cu John Lloyd – Jules Evans 259

Stoicism și *Star Trek* – Jen Farren 265

Elaborat de către o echipă de profesori și cercetători din cadrul Universității din București, proiectul "Cărți în limba română" este un program de promovare și popularizare a literaturii românești și a istoriei românești. Proiectul include publicarea de cărți în limba română, organizarea de evenimente culturale și științifice, precum și dezvoltarea unei platforme digitale care să ofere acces la resursele proiectului. Cărțile sunt disponibile online și pot fi achiziționate direct de la editura proiectului sau prin intermediul unor librării partenere. Proiectul se concentrează pe realizarea unei biblioteci digitalizată și accesibile online, unde cărțile sunt disponibile în versiuni digitale și pot fi consultate și descărcate gratuit. Proiectul se adresează atât elevilor și profesorilor, cât și cercetătorilor și științificilor. În plus, proiectul include realizarea de cărți în limba română în format electronic, care pot fi utilizate în cadrul curselor de limbi străine și în cadrul proiectelor de cercetare. Proiectul este finanțat de către Ministerul Educației și Cercetării și este susținut de către Universitatea din București și de către Fundația România de Cercetare și Inovație.



STOICISM TEORETIC

CONCEPTE FUNDAMENTALE ALE ETICII STOICE LA MARCUS AURELIUS

CHRISTOPHER GILL

Un bun motiv pentru a considera că stoicismul l-a influențat pe Marcus Aurelius este că o mare parte din *Gândurile către sine însuși* aduce clar aminte de ideile stoicilor, chiar dacă împăratul nu folosește vocabularul tehnic al stoicismului, iar uneori restructurează ideile respective într-o manieră personală. Putem identifica cel puțin cinci elemente, care în acea perioadă erau privite drept caracteristice stoicismului, acestea potrivindu-se unor teme puternic reliefate în *Gânduri*. Una din idei este că o viață virtuoasă este identică unei vieți fericite (virtutea fiind suficientă pentru a asigura fericirea). Alte lucruri evaluate de obicei drept bune, cum ar fi sănătatea sau prosperitatea materială, ba chiar bunăstarea familiei și prietenilor, sunt considerate irelevante pentru fericire. Ele sunt „chestiuni indiferente”, chiar dacă în mod natural sunt „de preferat”. O a doua temă este că emoțiile și dorințele depind în mod direct de convingerile privind ce este valoros sau dezirabil; ele nu constituie o dimensiune separată (nerațională) a vieții psihologice. Emoțiile și dorințele la care ajung cei mai mulți oameni sunt privite ca rezultat al unor

convingeri etice eronate și, în acest sens, ca „maladie“ psihologică. A treia temă este că ființele umane au o înclinație naturală înnăscută de a-i ajuta pe alții. Dacă această înclinație este cultivată adekvat, ea se va exprima atât ca participare plenară în rolurile familiale și comunitare, cât și ca disponibilitate de a accepta toate ființele umane, întrucât sunt oameni, ca parte a unei „frății“ sau „cetăți cosmice“ și ca obiect potrivit al preocupărilor etice. Împreună, aceste trei idei formează o perspectivă foarte idealizată asupra eticii și psihologiei umane, despre care criticii antici ai stoicismului au crezut că este *prea* idealistă și nerealistă. Cu toate acestea, stoicii susțineau că toate ființele umane dețin capacitatea fundamentală de a progresă către starea ideală a virtuții și fericirii depline, chiar dacă acceptau că poate nimeni nu a atins pe deplin o astfel de stare. Așadar, existența etică, din punct de vedere stoic, constă într-un proces sau parcurs continuu către acest scop, o călătorie în care metodele stoice de etică practică funcționează ca puncte de sprijin.

Cele trei teme, împreună cu alte idei înrudite privind dezvoltarea sau progresul moral, intră în categoria „eticii“, așa cum aceasta este înțeleasă în stoicism. O altă temă caracteristică aparține „fizicii“ (studiului naturii) și zonei de intersecție dintre etică și fizică. O problemă intens dezbatută în acea vreme era dacă universul natural reprezenta manifestarea unui scop sau sens intrinsec, sau dacă acesta era pur și simplu rezultatul arbitrar al legilor și proceselor naturale. Stoicii, pe urmele lui Platon și Aristotel, și-au înșușit prima perspectivă, pe când epicureicii au susținut-o pe cea de-a doua, care era asociată cu teoria lor despre structura atomică a materiei. Credința stoică într-un scop intrinsec al universului era legată de concepția că toate întâmplările sunt determinate și că întreaga succesiune a evenimentelor este manifestarea

providenței sau scopului divin. După cum se observă din acest exemplu, stoicii considerau că ramurile filozofiei (în acest caz, etica și fizica) sunt interconectate și se sprijină reciproc. Astfel, credința lor în providență divină ținea de studiul teologiei (care pentru ei era o parte a fizicii). Însă aceeași credință contribuia și la construcția unui cadru de interpretare pentru etică, iar etica la rândul ei dădea sens ideilor (precum „binele“) care stăteau la baza noțiunii de providență, susținând în acest mod principiile teologiei. Vedem așadar că stoicii concepeau filozofia ca pe un corpus de cunoaștere puternic sistematizat și unificat. Capacitatea de a urmări și înțelege legăturile dintre diferite idei și ramuri ale filozofiei reprezenta o parte importantă din studiul stoicismului.

Un exemplu de lectură: *Gânduri către sine însuși*, III.11

Relevanța ideilor menționate mai sus pentru lucrarea *Gânduri către sine însuși* poate fi demonstrată în două moduri complementare. Unul constă în analizarea în profunzime a unui singur pasaj, care arată cum Marcus Aurelius se inspiră din aceste idei și cum le cuprinde într-o țesătură unitară. Celălalt este să discutăm în termeni mai generali anumite opțiuni recurente – și uneori uimitoare și originale – de tratare a fiecărei teme dintre cele menționate. Să citim mai întâi cu atenție următorul fragment (III.11):

Preceptelor expuse mai sus să li se mai adauge încă unul: formulează întotdeauna definiția și o descriere a obiectului a cărui imagine a operat asupra capacității tale reprezentative, așa încât să-ți dai seama ce este, în substanța sa, goală, în întregul său sub toate aspectele sale, și să-i indici, în sine însuși, propriul său nume și numele elementelor din care este alcătuit și în care urmează să se descompună. Căci nimic nu poate să-ți ofere astfel măreția sufletului ca puterea de a discerne cu metodă și în mod veridic fiecare dintre cele care ne cad sub simțuri în cursul vieții și de a le privi întotdeauna

astfel încât să examinezi în același timp ce avantaj pot oferi acestei lumii, ce valoare au în raport cu Întregul și ce valoare desemnează pentru om, care este locul celor mai de frunte cetăți, față de care celelalte cetăți sunt ca niște simple case. Trebuie de asemenea să te întrebă ce este acest obiect, din ce elemente este alcătuit, pentru că timp se va menține, în baza naturii sale, acest obiect care îmi determină acum această reprezentare și de ce virtute am nevoie față de el: de exemplu de bunătate, de curaj, de adevăr, de bună-credință, de simplitate, de independență și de celelalte virtuți. Prin urmare, în fiecare caz trebuie să spui: acesta a venit de la Zeu, celălalt se datorează grupării și urzelii evenimentelor care au loc, unei coincidențe și unei întâmplări, acesta vine de la unul din neamul meu, de la o rudă, de la un tovarăș care cu siguranță nu cunoaște ceea ce este conform naturii pentru el. Eu, în schimb, nu-l cunosc; din acest motiv îl tratez, conform legii naturale a comunității, cu bunăvoiță și în mod just; și în același timp îmi propun împreună cu el să ofer lucrurilor indiferente un tratament adecvat valorii lor.*

Acest pasaj ilustrează într-o manieră clară una dintre cele mai caracteristice metode folosite de Marcus Aurelius în etica practică și anume schițarea unei „definiții“ sau „descrieri“ a lucrurilor și „dezgolirea“ lor până la realitatea sau nucleul lor esențial. Chiar dacă această procedură poate inițial să pară pur științifică sau analitică, Marcus Aurelius avea în vedere de fapt identificarea nucleului *etic* al situației (deși, ne vom lămuri pe parcurs, metoda respectivă este legată și de înțelegerea mai bună a lumii naturale). Această tehnică a „despachetării“ trimite la prima dintre temele stoice esențiale despre care am discutat mai sus: fericirea noastră depinde exclusiv de reacțiile virtuoase în fața anumitor situații, și în niciun caz de acumularea avantajelor materiale sau sociale. Astfel, metoda pune accent pe virtuțile pe care ar trebui să încercăm să le manifestăm într-un context dat („de ce virtute

am nevoie... de exemplu de bunătate, de curaj, de adevăr, de bună-credință, de simplitate, de independență“). Pasajul face aluzie spre final și la o idee stoică tipică, mai exact aceleia care nu țin de virtute, cum ar fi averile materiale, sunt „lucruri indiferente“ care nu ne afectează fericirea. A acționa virtuos înseamnă să le faci bine celorlalți. Pasajul face trimitere și la cea de-a treia temă, și anume că trebuie să facem eforturi pentru a-i privi pe ceilalți oameni (pe toate ființele umane, în principiu) ca „frați“ și „conțațeni“ în cadrul unei comunități etice globale. Fragmentul ilustrează și tema a patra, convingerea stoicilor că există o legătură între etică și lumea naturală. Marcus Aurelius își spune că universul este pătruns de providență divină, care controlează desfășurarea evenimentelor: „în fiecare caz trebuie să spui: acesta a venit de la Zeu, celălalt se datorează grupării și urzelii evenimentelor care au loc“. Privind dintr-o perspectivă mai largă, întregul pasaj sugerează că metoda „despachetării“ scoate la lumină legăturile subiacente dintre ordinea etică (modul în care ar trebui să ne comportăm) și ordinea naturală sau cosmică. În al cincilea rând, acest fragment, ca multe altele din *Gândurile către sine însuși*, demonstrează importanța conexiunilor dintre teme diferite, dar înrudite, ale gândirii stoice, care era cunoscută pentru caracterul său sistematic și articulat. Sublinierea legăturilor dintre etică și fizică, pe care o putem observa în acest pasaj, este doar unul din aspectele acestui proces mai amplu.

Acest fragment este preluat aici din „Introducerea“ scrisă de Christopher Gill pentru volumul *Meditations: with selected correspondence. Marcus Aurelius*, editat de Robin Hard și Christopher Gill (2011) cu permisiunea Oxford University Press în asociere cu autorul, Christopher Gill.

* Marcus Aurelius, *Gânduri către sine însuși*, pp. 109-111. (n.trad.)

STOICII DESPRE COMUNITATEA FIINȚELOR UMANE

PATRICK USSHER

Într-o societate foarte individualistă, cum este a noastră (cel puțin în raport cu cele mai multe societăți din istorie), caracterizată de o erodare treptată a datoriilor și obligațiilor față de alți oameni, ideea că fericirea ține de a face să înflorească natura intrinsec *socială* a ființei umane ar putea să pară bizarră. De fapt, până și gândul că *suntem* intrinsec ființe sociale poate să pară, la prima vedere, ciudat. În prezent, chiar și atunci când discutăm despre a face ceva pentru sine sau pentru alții, gândim problema în termeni de „egoism“ sau „altruism“, ca și cum altruismul ar însemna „să dai deoparte propriile nevoi o clipă și să te gândești puțin și la altcineva“. Însă „egoismul“ și „altruismul“ nu și-ar găsi locul în concepția stoică despre lume. Stoicii considerau că ființa umană are o natură *fundamental socială* și că binele pentru ființele umane este să fie sociale. O astfel de perspectivă asupra a ceea ce este bine pentru om constituie unul din motivele pentru care stoicismul poate oferi un antidot puternic pentru maniera în care gândim în prezent, indiferent dacă suntem sau nu de acord cu premisele de la care plecau stoicii.

În acest articol, îmi propun să explic cum înțelegeau stoicii afirmația că omul este o ființă fundamental socială. Unele din ideile lor, de pildă că natura „vrea“ ca noi să fim sociali sau că ne-a „proiectat“ [*designed*] pentru a fi aşa, ar putea să pară problematice din perspectiva noastră, mai modernă și științifică. Trecând însă de acest aspect, cu siguranță că teoria stoică ne trezește și ne face să ne gândim la ce înseamnă o viață bună.

Cosmopolitismul stoic a dezvoltat o metaforă prin care specia umană era asemănătă unui „trup“: aşa cum toate membrele contribuie la sănătatea trupului nostru, tot aşa fiecare om, ca parte a unui corp mai mare, își aduce contribuția la trupul umanității. De aici urmează că stoicul țintește să trăiască încarnând aspirația de a contribui la binele comun și aşezându-și convingerile pe înțelegerea propriei persoane drept *civis mundi* sau „cetățean al lumii“. Ce însemență asta în practică ne spun mai întâi Epictet, apoi Marcus Aurelius:

Să nu considere nimic o chestiune de interes propriu și să nu-și facă planuri în vreo privință ca și cum ar fi un individ izolat, ci să acționeze precum un picior sau o mână, care, dacă ar dispune de puterea judecății și ar înțelege alcătuirea corpului, nu ar alege și nu ar dori nimic fără a se raporta la întregul din care fac parte.

Diatribă, II.10

Căci ne-am născut pentru a ne ajuta <unii pe alții>, precum picioarele, mâinile, pleoapele, șirurile de dinți de sus și de jos. Așadar, a acționa unii împotriva altora este împotriva naturii (...).

Gânduri către sine însuși, II.1, p. 83

Pare acesta un ideal prea înalt? Aproape sigur, însă un stoic ne-ar răspunde probabil că, fiind ființe sociale, de aceste țeluri depinde fericirea noastră. Cu alte cuvinte, în măsura în care într-adevăr suntem făpturi sociale, cum să poată egoismul, aşa cum îl înțelegem noi, să ne ducă spre fericire? Nu poate! Omul, aşadar, ajunge să se desăvârșească doar cultivându-și natura socială. Epictet explică această idee după cum urmează:

[D]eoarece ființa vie e făcută aşa: face orice lucru pentru sine. Și, de altfel, și soarele face totul doar pentru el și, de altfel, Zeus însuși. Și când acesta vrea să fie Aducător-de-ploaie și Purtător-de-fructe, și Părinte-al-oamenilor-și-al-zeilor, vezi că nu poate reuși în acțiunile sale, sau să fie numit aşa, fără să facă ceva pentru binele comun. Și, în general, divinitatea a alcătuit firea animalului rațional în aşa fel încât să nu poată obține niciunul dintre lucrurile bune pentru el fără să facă ceva și pentru binele comun. În acest fel nu e în contradicție cu societatea să faci fiecare lucru pentru propriul bine.

*Diatribă, I.19**

Analogia cu Zeus, care este și „natura“ (firea), este esențială: natura, prin simplul fapt că este ceea ce este, contribuie activ la binele comun. Atunci când natura dăruiește ploaie sau fructe, are de câștigat toată lumea. Iată deci o dimensiune socială suplimentară a idealului de „a trăi în acord cu Zeus sau cu firea“: a trăi în acord cu natura înseamnă să fii social. Și cum aşa ceva vine *natural*, fiecare persoană își poate împlini natura. Marcus Aurelius compară în același sens darurile naturale ale viței-de-vie, oferite altora *pur și simplu pentru că viața este ceea ce este*, cu ființa socială binevoitoare, care face faptă bună după faptă bună, necăutând altă răsplată decât simpla săvârșire a binelui:

* Epictet, Discurs viu. Diatribă. Cartea I, Editura Seneca, 2018.

[A]semenea viței-de-vie, care a produs ciorchinele și nu mai pretinde nimic altceva, odată ce a dat propriul rod. Omul care i-a făcut un serviciu cuiva nu-l face cunoscut strigând în gura mare, ci se îndreaptă spre săvârșirea altuia, precum viața-de-vie a produs din nou ciorchini când a fost timpul potrivit (...).

Gânduri către sine însuși, V.6, p. 149

Sintetizând, afirmația paradoxală a lui Epictet, conform căreia *nu e în contradicție cu societatea să faci fiecare lucru pentru propriul bine*, este bazată pe observația că ființa omenească poate găsi fericirea doar prin cultivarea bunăvoiintei față de ceilalți.

Cum se încadrează în acest tablou ideea fundamentală a stoicilor, mai precis aspirația de a trăi o viață virtuoasă? Oare a pune preț pe virtute ca „unic bun“ se reduce la a defila într-un fel de „bulă virtuoasă“, după cum este uneori caricaturizat stoicismul?

Nicidcum. În viziunea stoicilor, virtutea nu este ceva ce apare în izolare. Pentru ca ea – sau „binele“ – să inflorească, este necesară înrădăcinarea ei în relații sociale. Pentru stoic, depinde de sine să considere relațiile cu alții oameni fundamentul faptelor virtuoase. Se întâmplă adesea ca diverse persoane să sufere un fel de panică atunci când citesc în Epictet cuvinte precum: „Tatăl meu nu înseamnă nimic pentru mine! El nu e un bine!“ Ar fi deplasat totuși să fim şocați, pentru că ceea ce recomandă de fapt Epictet este să punem preț pe *a fi un bun fiu tatălui tău*. Care este esența acestei distincții? Ca de obicei, este vorba de atenția acordată de Epictet celor ce „ne stau în puteri“. Părintele, în sine, nu se află sub controlul fiului (după cum veți fi observat cu propriii părinți), însă scopul relației cu el stă în puterea fiului. Când această schimbare de atitudine ajunge să străbată toate relațiile sociale ale cuiva, va surveni o deplasare