



Respect pentru oameni și cărți

WILLIAM B. IRVINE

Ghid pentru o viață împlinită

arta antică a bucuriei stoice

Traducere din limba engleză de
Florin Tudose



Editura Seneca

Mulțumiri	7
Introducere: Un plan de viață	11

I. Evoluția stoicismului

Filosofia începe să fie interesată de viață	27
Primii stoici	39
Stoicismul roman	54

II. Tehnicile psihologice ale stoicismului

Vizualizarea negativă: Cel mai rău lucru care ţi se poate întâmpla ...	74
Dihotomia controlului: A deveni invincibil	93
Acceptarea: Detașarea de trecut... și de prezent	109
Renunțarea la ego: Cum negociem cu partea întunecată a plăcerii	117
Meditația: Să ne observăm în timp ce practicăm stoicismul	126

III. Sfaturi stoice

Responsabilitatea: Despre iubirea întregii umanități	135
Relațiile sociale: Cum să gestionăm relațiile cu ceilalți	143
Insultele: Cum facem față jignirilor	151
Doliul: Despre înfrânarea lacrimilor prin rațiune	162
Mânia: Despre depășirea anti-bururiei	168
Valorile personale: Despre faimă	175
Valorile personale: Despre viață de lux	182
Exilul: Despre cum putem supraviețui dezrădăcinării	192
Bătrânețea: Despre exilarea la azilul de bătrâni	197

Moartea: Despre încheierea cu bine a unei vieți împlinite	206
A deveni stoic: Începeți acum și pregătiți-vă să fiți luați în râs	211

IV. Stoicism pentru timpurile moderne

Declinul stoicismului	219
Reevaluarea stoicismului	238
Practica stoicismului	262
Recomandări de lectură stoică	292
Bibliografie	295

Filosofia începe să fie interesată de viață

Într-un anumit sens, probabil că filozofi au existat dintotdeauna. Acei indivizi care nu doar au pus întrebări – cum ar fi: care este originea lumii, care este originea omului, de ce există curcubeu? – dar au îndrăznit și să problematizeze răspunsurile. Când li s-a spus, de exemplu, că lumea e făcută de zei, acești proto-filozofi au înțeles că un asemenea răspuns nu lămurește întrebarea până la capăt. Așa că au continuat, întrebând de ce au făcut zeii lumea, cum au făcut-o și – întrebarea cea mai impertinentă – cine i-a făcut pe zei?

Oricum și oricând ar fi început, gândirea filozofică a cunoscut un uriaș salt înainte în secolul al șaselea î.e.n. Atunci au trăit și gândit Pitagora (570–500 î.e.n.) în Italia; Thales (636–546 î.e.n.), Anaximandru (641–547 î.e.n.) și Heraclit (535–475 î.e.n.) în Grecia; Confucius (551–479 î.e.n.) în China și Buddha (563–483 î.e.n.) în India. Nu este limpede nici astăzi dacă acești indivizi au descoperit filozofia independent unii față de ceilalți; cum nu este limpede nici în ce direcție s-a propagat influența filozofică, dacă s-a răspândit în vreuna.

Biograful grec Diogene Laertios ne oferă, în secolul al treilea e.n., o istorie accesibilă (dar nu și credibilă în totalitate) a zorilor filozofiei. Conform acestuia, filozofia vestică timpurie a cunoscut două ramuri*. Prima – pe care

* Diogene Laertios, *Introducere*, IX–X

o numește ramura italiană – a început cu Pitagora. Urmărind diverși succesi ai lui Pitagora, ajungem în cele din urmă la Epicur, fondatorul unei școli de filozofie rivale stoicismului. Cealaltă ramură – numită ionică de Diogene – a debutat cu Anaximandru, care a fost maestrul lui Anaximene, care a fost maestrul lui Anaxagora, care a fost maestrul lui Arhelau, care, în fine, a fost maestrul lui Socrate (469–399 i.e.n.).

Socrate a trăit o viață remarcabilă. A avut parte și de o moarte remarcabilă: a fost judecat pentru coruperea tinerilor atenieni, dar și pentru alte acuzații false, găsit vinovat de către concetăteni și condamnat la moarte prin otrăvire cu cucută. Ar fi putut evita moartea dacă implora mila curții sau dacă fugea din cetate după aflarea sentinței. Dar principiile sale filozofice nu i-au permis asemenea acțiuni. După moartea sa, mulți dintre discipolii săi au continuat să practice filozofia, atrăgând alți discipoli la rândul lor. Platon, cel mai cunoscut dintre elevii lui Socrate, a întemeiat școala filozofică cunoscută sub numele de Academia, Aristip a întemeiat școala cirenaică, Euclid pe cea megarică, Phaidon pe cea din Eleia, iar Antistene școala cinică. Activitatea filozofică a cunoscut un adevărat avânt după Socrate.

Cum de s-a produs această explozie de interes față de filozofie? Partial, ea s-a întâmplat deoarece Socrate a știut să modifice obiectul curiozității filozofice. Înainte de Socrate, filozofii erau interesați în primul rând de explicarea lumii fizice și de studiul descriptiv al fenomenelor sale – ceea ce azi numim știință. Socrate a studiat în tinerețe științele, dar a abandonat această cale pentru a-și concentra atenția asupra condiției umane. În cuvintele oratorului, omului politic și filozofului roman

Cicero, Socrate a fost „primul care a întors filozofia din ceruri, a adus-o în cetate, a introdus-o în casele oamenilor și a forțat-o să pună întrebări legate de viață și moralitate, despre bine și rău“*. Clasicistul Francis MacDonald Cornford descrie în termeni similari importanța lui Socrate în dezvoltarea filozofiei: „Filozofia presocratică debutează... cu descoperirea Naturii; filozofia socratică începe cu descoperirea sufletului omenesc“**.

Ce ne impresionează la Socrate chiar și la douăzeci și patru de secole după moarte? Nu descoperirile sale filozofice; concluziile sale filozofice au fost, la urma urmei, cu precădere pesimiste: el ne-a arătat ce nu voiam să știm. Suntem impresionați mai degrabă de modul în care Socrate a permis speculațiilor sale filozofice să-i influențeze viața. Într-adevăr, cum remarcă filozoful Luis E. Navia, „cu Socrate, poate mai mult decât cu oricare alt mare filozof, suntem în compania unui om care a fost capabil să introducă în viață sa preocupările teoretice și speculative, în contextul activităților cotidiene“. Navia îl descrie ca pe „un adevărat model de activitate filozofică deopotrivă în gând și faptă“***.

Putem presupune că o parte din cei atrași de Socrate au fost impresionați în primul rând de speculațiile sale, iar o altă parte de stilul de viață. Platon face parte din primul grup; în Academia sa, el a fost interesat mai mult de explorarea teoriei filozofice și mai puțin de diseminarea sfaturilor de viață. Antistene, spre deosebire de Platon, a fost impresionat mai cu seamă de felul în care Socrate a știut să-și trăiască viață; școala cinică pe care a fondat-o a evitat

* Cicero, V.10

** Cornford, 5

*** Navia, I

filozofia teoretică, concentrându-se în schimb pe consilierea cetătenilor care își doreau o viață împlinită.

Pare că în momentul morții Socrate s-a despărțit în două, Platon moștenind interesul pentru teorie, iar Antistene preocuparea de a trăi o viață împlinită. Ar fi fost minunat dacă cele două zone ale filozofiei ar fi înflorit egal în următoarele milenii, oamenii beneficiind la fel de mult de pe urma teoretizării filozofice, cât și a aplicațiilor filozofiei în viață. Din nefericire însă, deși latura teoretică a înflorit, cea practică s-a pierdut.

Într-o guvernare despotică, cum a fost cea din Persia antică, abilitățile de scriere, citire și calcul aritmetic erau importante pentru oficiali, însă nu la fel de importantă era abilitatea de convingere. Oficialitățile dădeau ordine și supușii le respectau. În Grecia și Roma, pe de altă parte, apariția democrației a creat oportunități de carieră în politică și drept pentru cei capabili să-i convingă pe alții de adevărul ideilor lor. Aceasta a fost unul dintre motivele serioase pentru care părinții greci și romani cu dare de mână căutau profesori care să-i ajute pe copiii lor să-și dezvolte capacitatele persuasive, după ce aceștia terminau ciclul secundar de școală.

Părinții apelau uneori la serviciile unui sofist, un profesor al cărui scop era să îl învețe pe elev să se impună în dezbateri. Pentru asta, sofistii practicau diferite tehnici de persuasiune, din cele ce fac apel la rațiune, dar și din cele ce fac apel la emoții. În primul rând, ei își învățau elevii că este posibil să poți argumenta pentru sau împotriva oricărei propoziții. Pe lângă educarea abilităților argumentative, sofistii lucrau și la dezvoltarea abilităților de exprimare ale

elevilor, astfel încât aceștia să poată comunica eficient argumentele gândite.

Ca alternativă la sofisti, părinții puteau să apeleze la un filozof. Asemenea sofistilor, filozofii se îndeletniceau cu predarea tehniciilor persuasive, dar spre deosebire de sofisti, aceștia evitau apelul la emoții. Si tot spre deosebire de sofisti, filozofii considerau că, pe lângă tehniciile de persuasiune, elevii lor trebuie să învețe și cum să trăiască bine. Drept urmare, după cum notează istoricul H.I. Marrou, învățărurile lor insistau „asupra aspectului moral al educației, asupra formării personale, a vieții interioare“*. Discipolii își însușeau de la învățători o filozofie de viață: erau învățați care sunt lucrurile ce merită urmărite în viață și care e cea mai bună cale de accesare a acestora.

Dintre părinții care căuta să le ofere copiilor o educație filozofică, unii angajau filozofi care să fie, totodată, tutori ai copiilor și să locuiască împreună cu ei. Aristotel, spre exemplu, a fost angajat de Filip al Macedoniei să-i fie tutoare lui Alexandru, cel care ulterior avea să devină Alexandru cel Mare. Părinții care nu își permiteau un tutoare privat își trimiteau fiii – dar probabil nu și fiicele – la o școală de filozofie. După moartea lui Socrate, aceste școli au devenit o constantă importantă a culturii ateniene, răspândindu-se și în Roma după ce societatea romană a intrat sub influența culturii ateniene, în secolul al doilea i.e.n.

Astăzi nu mai există școli de filozofie, și e păcat. E adevărat, filozofia este încă predată în școli – mai exact în cadrul departamentelor de filozofie ale universităților – dar rolul cultural al departamentelor de filozofie e departe de

* Marrou, vol. 1, p. 111

rolul pe care îl jucau școlile antice de filozofie. În primul rând, cei ce se înscriu la cursurile de filozofie sunt rareori motivați de dorința de a dobândi o filozofie de viață; majoritatea dintre ei ajung acolo, mai curând, deoarece cineva le-a spus că altfel nu vor promova. Și chiar dacă ar căuta o filozofie de viață, le-ar fi foarte greu să o găsească în sălile de curs ale celor mai multe dintre universități.

Școlile de filozofie au dispărut azi, dar nevoia oamenilor de a găsi o filozofie de viață e la fel de vie ca în totdeauna. Se pune întrebarea – unde o pot găsi? Dacă o vor căuta în departamentele de filozofie ale universităților, vor fi dezamăgiți, cum am spus. Poate la bisericile din comunitatea lor? Preoții le vor spune ce trebuie să facă pentru a fi *oameni buni*, adică ce să facă pentru a fi persoane morale. Vor fi instruiți să nu fure, să nu spună minciuni și (în unele religii) să nu facă avort. Tot preotul e cel care le va explica ce trebuie să facă pentru a-și asigura o *viață de după bună*: trebuie să participe regulat la ceremoniile religioase, să se roage și (în unele religii) să dea a zecea parte din avuție săracilor. Dar dincolo de asta, preotul va avea puține de spus despre ce se poate face pentru a duce o *viață bună*. Într-adevăr, cele mai multe religii, după ce își educă enoriașii cu privire la imperativele morale și la dobândirea vieții de apoi, îi lasă pe aceștia să hotărască singuri care sunt lucrurile care merită urmărite în viață. Aceste religii nu văd nimic în neregulă cu un adept care muncește pe rupte pentru a dobândi o casă uriașă și o mașină sport costisitoare, atâtă timp cât nu încalcă legea; cum nu văd nimic în neregulă nici la adeptul care renunță la vilă pentru un cort și la mașină pentru o bicicletă.

În plus, atunci când oferă sfaturi despre ce merită și ce nu merită urmărit în viață, religiile o fac într-o manieră

âtât de discretă, încât adeptii le pot privi ca pe sugestii și nicidecum ca pe imperitive, ignorându-le. S-ar putea trage concluzia că acesta este motivul pentru care adeptii diferitelor religii, în ciuda diferențelor de credință, ajung spontan la aceeași filozofie de viață: o formă de hedonism luminat. Luteranii, baptiștii, evreii, mormonii și catolicii, adepti ai unor credințe distințe, seamănă izbitor de mult unii cu ceilalți atunci când îi întâlnescă în afara bisericilor lor. Au aceleași locuri de muncă și nutresc aceleași ambiții legate de carieră. Locuiesc în case similare, mobilate identic. Și împărtășesc același apetit pentru bunurile de consum la modă.

Religia ar putea, bineînțeles, să le ceară enoriașilor să adopte o anume filozofie de viață. Huteriții*, spre exemplu, îi învață pe ai lor că unul dintre bunurile cele mai de preț ale vieții este comunitatea. Prin urmare, huteriților le este interzis să dețină proprietăți, deoarece proprietatea poate duce la invidie, iar invidia poate fisura simțul comunității pe care ei îl prețuiesc atât de mult (ne putem întreba, desigur, dacă asta este o filozofie de viață sănătoasă).

Însă cele mai multe religii nu cer adeptilor îmbrățișarea niciunei filozofii de viață. Oamenii sunt liberi să trăiască așa cum vor, atâtă timp cât nu își fac rău unii celorlalți și nu îl mânie pe Dumnezeu. Într-adevăr, religia huteriților pare deopotrivă radicală și exotică pentru cei mai mulți dintre noi tocmai pentru că nu ne putem imagina o religie care să ne dicteze cum să ne trăim viață.

* Sectă de origine anabaptistă, răspândită mai ales în Statele Unite ale Americii, ai cărei membri trăiesc în comunități rurale și se caracterizează prin pacifism absolut și comunitarism: bunurile fiecărui individ sunt bunuri apartinând întregii comunități (*n.red.*)

Azi este perfect plauzibil să fii crescut în spiritul unei religii, să urmezi cursuri de filozofie la școală și totuși să îți lipsească o filozofie de viață (în situația asta se găsesc cei mai mulți dintre studenții mei). Așadar, ne întrebăm ce ar trebui să facă cei care au nevoie de o filozofie de viață? Poate că opțiunea cea mai bună ar fi crearea propriei școli virtuale de filozofie, prin lectura filozofilor ce au condus școlile antice. Eu asta vă încurajez să faceți în paginile care urmează.

În Grecia antică, când școlile de filozofie jucau un rol proeminent în peisajul cultural, părinții aveau numeroase opțiuni pentru educația filozofică a copiilor. Să ne imaginăm că ne întoarcem în timp, în anul 300 î.e.n., și parcurgem un tur al școlilor de gândire din Atena. Vom începe din Agora, locul în care, cu o sută de ani mai devreme, Socrate filozofa cu atenienii. La nord de Agora, găsim Stoa Poikile, sau Porticul Pictat, locul în care îl putem întâlni pe Zenon din Cition, fondatorul școlii stoice de filozofie. Porticul era de fapt o galerie cu coloane decorată cu picturi murale.

Continuându-ne plimbarea prin Atena, e posibil să ne întâlnim cu filozoful cinic Crates, pe a cărui școală a frecventat-o cândva și Zenon. Cu toate că primii cinici se întâlneau în jurul gimnaziului Cynosarges – de unde și numele lor – acum pot fi văzuți oriunde în Atena, căutând să-i atragă (ori chiar să-i tragă cu forță dacă e cazul) pe cetățenii obișnuiți în dezbatere filozofice. Poate că părinții și-ar trimite copiii la școală lui Zenon, dar puțini dintre ei și-ar încuraja odraslele să devină cinici, din moment ce doctrina acestora, atunci când e asimilată cu succes, garantează o viață de sărăcie rușinoasă.

Avansând spre nord-vest și părăsind orașul prin Poarta Dipylon, găsim Grădina Epicureicilor, condusă de Epicur însuși. Dacă Porticul Pictat este înconjurat de un peisaj urban, în care discuțiile stoicilor sunt adesea intrerupte de zgomotele străzii și de comentariile trecătorilor, Grădina lui Epicur are un aer câmpenesc. Grădina chiar era folosită de epicureici pentru a cultiva legume.

Continuându-ne drumul tot în direcția nord-vest, după un kilometru și jumătate întâlnim Academia, școală de filozofie întemeiată de Platon în anul 387 î.e.n., la ceva mai mult de zece ani după dispariția lui Socrate. Asemenea Grădinii lui Epicur, Academia lui Platon e un cadru idilic pentru filozofare. Seamănă cu un parc gândit pentru odihnă, amenajat cu poteci și fântâni. Academia deține și câteva clădiri, ridicate pe cheltuiala lui Platon și a prietenilor săi. În anul 300 î.e.n., conducătorul școlii este probabil Polemon, care a moștenit poziția de maestru (după cum vom vedea, stoicul Zenon a urmat pentru o vreme cursurile școlii lui Polemon).

Ne întoarcem înapoi în oraș, îl traversăm și ieşim prin poarta estică către suburbii, unde găsim Liceul. Într-o zonă împădurită, în apropierea unui templu închinat lui Apollo Lykeios, îl putem zări pe peripateticieni, discipoli ai lui Aristotel, conduși acum probabil de Teofrast.

Iar acesta e doar începutul opțiunilor de educație pentru părinții acelor vremuri. Pe lângă școlile menționate în traseul nostru, mai existau și altele, cum ar fi școala cirenaică, cea sceptică, cea megarică și cea eleată, amintite anterior, la care putem adăuga alte câteva pomenite de Diogene Laertios, printre care școala eretriană, cea a lui Anniceris și cea a lui Theodorus din Gadara, alături de cele conduse de eudemonieni, de filaleteeni (iubitorii de adevăr), de

combativi și analogiști, de fizicieni, de eticieni și de dialecticieni*.

Dar nu doar tinerii bărbați (și, foarte rar, tinerele femei) urmău cursurile acestor școli. Uneori tații se educau în același timp cu fiii lor. Alteori, adulții mergeau singuri la cursuri. Unii dintre ei erau pur și simplu interesați de filozofie; poate că urmăseră cursurile unei școli în tinerețe și acum căutau să-și „continue educația“ cu filozofia de viață oferită de o școală sau alta. Alți adulți, care nu făceau parte din nicio școală de filozofie, urmăreau cursurile ca simpli musafiri. Motivele lor probabil că nu erau foarte diferite de motivele oamenilor moderni care merg la conferințe: căutau cunoaștere și spectacol.

Însă mai existau și din cei care frecventau școlile dintr-un alt motiv: își doreau să-și întemeieze propria școală și-i ascultau pe conducătorii celorlalte școli pentru a împrumuta idei pe care să le folosească în propriile doctrine. Zenon, de pildă, a fost acuzat tocmai pentru asta: Polemon s-a plâns că Zenon a urmat cursurile Academiei doar pentru a fura din doctrina sa**.

Școlile rivale de filozofie abordau subiecte diferite. Primii stoici, spre exemplu, erau interesați de filozofia de viață, dar și de fizică și logică, deoarece considerau că acestea din urmă sunt puternic corelate cu prima. Epicureicii erau de asemenea interesați de fizică (deși aveau viziuni diferite asupra lumii fizice față de cele ale stoicilor), dar nu erau interesați de logică. Cirenaicii și cinicii nu erau preocupați nici de fizică, nici de logică; la școlile lor se discuta și se predă doar filozofie pentru viață.

* Diogene Laertios, *Introducere*, XII–XIII

** Diogene Laertios, *Zenon*, XX.25

Școlile care propuneau studenților o filozofie de viață aveau oricum recomandări diferite. Cirenaicii, de exemplu, credeau că scopul principal al vieții este experimentarea plăcerii și-i sfătuiau pe elevii lor să profite de orice ocazie pentru a trăi plăcerea. Cinicii susțineau un stil de viață ascetic: dacă vrei o viață împlinită, argumentau ei, învață să dorești cât mai puține. Stocii se plasau undeva la mijloc între cirenaici și cinici: erau de părere că omul trebuie să se bucure de ceea ce are viață de oferit, inclusiv de prietenie și avere, dar numai în măsura în care nu ne atașăm de lucruri, nici măcar de cele bune. Mai mult, susțineau că este obligatoriu să ne tulburăm voluntar, din când în când, bucuria, luând în calcul posibilitatea pierderii lucrurilor care ne fac placere.

Afilierea la o școală de filozofie era o alegere foarte serioasă. Conform istoricului Simon Price, „adeziunea la o sectă filozofică nu era o simplă decizie a minții, ori rezultatul unei mode intelectuale. Cei care luau în serios filozofia făceau eforturi pentru a o aplică în viață de zi cu zi“*. Cum se întâmplă în timpurile moderne cu religia, care poate fi un element definitoriu al personalității unui individ – gândiți-vă la cei ce se convertesc pe parcursul vieții – asocierea filozofică reprezenta o parte importantă a identității personale pentru romanul sau grecul din Antichitate. Cum spune istoricul Paul Veyne, „a fi cu adevărat filozof însemna pe atunci a trăi pe viu doctrina școlii de filozofie, a te purta (și chiar a te îmbrăca) în conformitate cu ea și, la nevoie, a-ți da viața pentru ea“**.

* Price, 141

** Veyne, viii