

Esencja stoicyzmu.
Najcenniejsze myśli Marka Aureliusza

Autor: Marek Aureliusz

Tłumaczenie: Marian Reiter

Uwspółcześnienie przekładu: Przemysław Andrzejewski

*Masz w sobie coś szlachetniejszego i bardziej boskiego niż to, co budzi
namiętność i w ogóle rządzi tobą jak marionetką.*

Marek Aureliusz

PRZEDMOWA

Gdyby przyszło nam lakonicznie zdefiniować współczesność, ujęlibyśmy ją w kilka górnołotnych haseł, słodko-gorzkich skrótów myślowych czy efektownych fotografii. Znaleźliby się tacy, którzy przekazaliby esencję XXI wieku w satyrycznych memach, a może niektórym wystarczyłoby posłużenie się paroma emotikonami.

Czym różni się obecne stulecie od minionych epok? Na pewno szalonym tempem rozwoju technologicznego, który częściowo odpowiada za natłok, a czasem wręcz nadmiar, informacji. Globalna sieć połączyła ludzi z odległych zakątków świata, oferując im błyskawiczną komunikację i stwarzając szansę na wymianę myśli. Kłopot w tym, że zamiast głębszych refleksji i własnych przemyśleń, najczęściej powiela się wyświechtane frazesy. Jeden ze znaków rozpoznawczych XXI wieku – media społecznościowe – stały się targowiskiem próżności i platformami na usługach reklamodawców. Zamiast sprzyjać zacieśnianiu więzów międzyludzkich, polaryzują społeczeństwa i manipulują użytkownikami. Rozbuchana przez marketing i presję społeczną konsumpcja nie dość, że dewastuje planetę, to również niszczy kolejne generacje ludzi, których „być” staje się synonimem „mieć”. Eksperci do spraw marketingu sprytnie wykorzystują nasze najniższe instynkty.

Wmawia nam się, że bez mieszkania położonego w prestiżowej lokalizacji, nowego dużego auta czy luksusowych gadżetów nie jesteśmy w stanie być w pełni szczęśliwi. Za wzór stawia nam się ludzi opływających w dostatki. Z coraz większą zaciekłością rywalizujemy więc ze sobą o prestiż i status materialny, by nadać swojej egzystencji sens.

Silna jest też pogoń za otoczoną kultem młodością i witalnością, co przekłada się na obsesję na punkcie wyglądu oraz dopasowania do obowiązujących kanonów piękna. To tylko kilka symptomatycznych dla współczesności migawek z codzienności. Definiują one współczesność –

epokę pełną paradoksów i skrajności. Ciekawe i dziwne czasy, w których globalny apetyt na życie trudno zbilansować i zgrać z racjonalną dietą...

Marketingowe podejście do życia sprawia, że nieustannie liczymy, kalkulujemy i szacujemy, co nam się opłaca. Chcemy żyć intensywnie, wygodnie, dostatnio. Pragniemy więcej, szybciej, bardziej. Ale czy lepiej? Żyjemy w ogromnym pośpiechu i robimy wiele rzeczy naraz. Mimo tego że technologia sprawia, iż oszczędzamy mnóstwo czasu, to i tak ciągle nam go brakuje. Problemy egzystencjalne i konflikty wartości zagłuszamy hałasem codziennej krzątaniny. Uciekamy od myśli o przemijaniu, nieuchronnym procesie starzenia się i ostateczności. Śmierć jest tematem wypieranym ze świadomości.

Jednak przed fundamentalnymi pytaniami o sens życia nie da się uciec i każdy myślący człowiek wcześniej lub później będzie się musiał z nimi zmierzyć. Na szczęście skonfrontowani z problemami egzystencjalnymi nie jesteśmy skazani na samotność. Do dyspozycji mamy wielowiekowy dorobek myślicieli Wschodu i Zachodu.

Wśród tych ostatnich znajdują się reprezentanci doktryny stoickiej – sposobu na życie, który może zapewnić harmonię, szczęście i mądrość. Filozofii nakazującej, by niezależnie od okoliczności, zachowywać spokój i nie martwić się tym, na co nie mamy wpływu. Stoicyzm okazuje się być zbiorem wskazówek skrojonych na potrzeby współczesnego człowieka. Uczy akceptacji napotkanych po drodze trudności. Pomaga opanować sztukę czerpania zadowolenia z życia za sprawą ograniczenia wymagań i oczekiwań. Stoicki spokój stwarza szansę na przetrwanie w świecie, którym rządzi bezwzględny i nieubłagany los. Wypracowanie tego rodzaju dystansu do wszystkiego wymaga jednak dyscypliny, cierpliwości i wiedzy. Tę ostatnią zapewnią lekcje udzielane nie tylko przez teoretyków, ale przede wszystkim przez tych, którzy przenieśli stoickie ideały w sferę praktyki. Jednym z mistrzów w tym zakresie był Marek Aureliusz, którego słowa mogą stać się impulsem do wytężonej pracy nad samym sobą. Esencję jego rozważań, przydatnych dla XXI wiecznego słuchacza, zawarliśmy w niniejszej publikacji.

Życzymy owocnej lektury obfitującej w cenne refleksje!

Łukasz Tomys z Zespołem

Zaczynając dzień, powiedz sobie: Zetknę się z ludźmi natrętnymi, niewdzięcznymi, zuchwałymi, podstępными, złośliwymi i niespołecznymi. Wszystkie te wady powstały u nich z powodu braku umiejętności odróżniania zła od dobra. Mnie zaś nikt nie może wyrządzić nic złego, ponieważ zbadałem naturę dobra, że jest piękne, i zła, że jest brzydkie, i naturę człowieka grzeszącego, że jest mi pokrewny, nie dlatego, że ma w sobie krew i takie samo pochodzenie, ale że ma i rozsądek, i boski pierwiastek. Nikt mnie bowiem nie uwikła w brzydotę. Nie mogę też czuć gniewu wobec krewnego ani go nienawidzić. Zrodziliśmy się bowiem do wspólnej pracy, tak jak nogi, jak ręce, jak brwi, jak rzędy zębów górnych i dolnych. Wzajemne więc szkodenie sobie jest przeciwne naturze, wzajemnym zaś szkodeniem jest uczucie gniewu i nienawiści.

*

Każdej chwili usilnie dbaj o to, jako Rzymianin i jako człowiek, byś, co masz właśnie do zrobienia, załatwił z pełną – a nieudawaną – godnością i miłością, i swobodą, i zachowaniem sprawiedliwości, a także byś zapewnił sobie niezależność od wszelkich innych myśli. Zapewnisz ją sobie, jeżeli będziesz każdą pracę wykonywał, jakby była ostatnia w życiu, tak by była wolna od wszelkiej nierozwagi i rażącej niezgody z nakazami rozumu, i od obłudy, i samolubstwa, i niezadowolenia z losu. Widzisz, jak niewiele jest warunków, po których spełnieniu można wieść życie miłe i bogobojne. Bogowie nic więcej nie będą żądali od tego, który zachowuje się w ten sposób.

*

Czemu cię zajmuje to, co się dzieje poza tobą? Znajdź wolną chwilę do nauczania się czegoś dobrego i przestań błędzić w kółko. Należy również unikać innego rodzaju błędzenia. Albowiem są szaleni ci, którzy życie poświęcili na pracę, jeżeli nie mają celu, do którego kierują wszelkie popędy i myśli.

*

Nie widziano jeszcze, by ktoś był nieszczęśliwy, ponieważ nie troszczy się o to, co się dzieje w duszy innego człowieka. Muszą być nieszczęśliwi ci, którzy nie śledzą z rozważą drgnień własnej duszy.

*

Należy zawsze pamiętać o tym, czym jest natura świata, a czym moja własna. I o tym, w jakim ona pozostaje stosunku do tamtej, i o tym, jaką jest częścią całości, i o tym, że nikt nie ma siły powstrzymania cię, abyś w każdej chwili nie czynił lub nie mówił tego, co jest zgodne z naturą, której jesteś częścią.

*

Nie ma bardziej nieszczęśliwej istoty od człowieka, który kręci się wokół wszystkiego i wnętrza ziemi (jak mówią) bada, i wysnuwa wnioski o tym, co się dzieje w duszach bliźnich, a nie widzi, że mu wystarcza jedynie obcowanie z własną duszą i szczerą dla niej służba. Służba ta polega na utrzymywaniu ją wolną od namiętności i nierozwagi.

*

A chociażbyś miał żyć jeszcze trzy tysiące lat albo dziesięć tysięcy razy dłużej, pamiętaj o tym, że nikt innego nie traci życia niż to, którym żyje. Najdłuższe życie równa się najkrótszemu. Teraźniejszość bowiem jest równa u wszystkich, a więc i to, co się traci, jest równe. Tak więc to, co się traci, przedstawia się jako pozbawione czasu co do długości. Nikt bowiem nie może stracić tego, co już przeszło lub co przyjdzie. Jakże bowiem można być pozbawionym tego, czego się nie ma? Trzeba więc pamiętać: po pierwsze, o tym, że wszystko od wieków w podobny sposób się dzieje i wciąż się powtarza, i o tym, że jest wszystko jedno, czy się będzie patrzyło na te same rzeczy przez sto, dwieście lat, czy przez wieczność. I po drugie, że i człowiek bardzo stary, i ten, który ma umrzeć we wczesnej młodości, tracą jednakowo. Tylko teraźniejszości bowiem mają być pozbawieni (jeżeli można powiedzieć, że i ją posiadają), a nie traci się czegoś, czego się nie ma.

*

Poniża sama siebie dusza ludzka najbardziej wtedy, kiedy doprowadziła do tego, że stała się odroślą i jakby wrzodem świata. Nie być bowiem zadowolonym z tego, co się dzieje, jest odstępstwem od natury, bo nią objęte są natury wszystkich innych rzeczy. Następnie, gdy się odwróci z niechęcią od jakiegoś człowieka lub zwraca się przeciw niemu z zamiarem wyrządzenia mu krzywdy, a takie są dusze ludzi w gniewie. Po trzecie, poniża sama siebie, gdy ulega rozkoszy lub bólowi. Po czwarte, gdy jest obłudna i czyni coś lub mówi w sposób udawany i nieszczerzy. Po piąte, gdy swego czynu i popędu nie kieruje ku żadnemu celowi, lecz czyni wszystko bez rozwagi i uwagi, chociaż powinno się nawet najmniejsze sprawy wiązać z pewnym celem. Celem istot rozumnych jest stosowanie się do zasad i ustaw państwa i społeczności – tej najstarszej.

*

Należy się zastanowić, że i w zjawiskach wtórnych wytworów natury jest coś miłego i pociągającego. Przykładowo, gdy się chleb piecze, otrzymuje on pewne pęknięcia. Te więc pęknięcia, jakkolwiek istnieją przecież wbrew zapowiedzi sztuki piekarskiej, jakoś nęcą swym widokiem i dodają w sposób sobie właściwy chęci do jedzenia. Także figi, gdy są najdojrzałe, pękają. I oliwkom zupełnie dojrzałym zbliżające się psucie dodaje jakiegoś swoistego uroku. I kłosa, gdy się schylają, i zmarszczone czoło lwa, i piana lejąca się z pyska dzików, i innych wiele objawów, które są dalekie od piękności, gdyby im się przypatrzeć każdemu z osobna, przecież służą ku ozdobie i miłe są duszy, ponieważ są dalszym ogniwem wytworów natury, więc jeżeli ktoś odczuwa i ma głębsze zrozumienie tego, co się dzieje we wszechświecie, temu prawie wszystkie objawy wtórne będą się wydawały jakieś miłe i zharmonizowane. Ten będzie z nie mniejszą przyjemnością patrzył na rzeczywiste paszcze dzikich zwierząt, jak na te, które – naśladując – pokazują malarze i rzeźbiarze. I staruszki, i starca pewien rozkwit i urok, i wdzięk młodzieńczy u chłopców będzie mógł oglądać rozumnym okiem. I inne liczne podobne zjawiska nie każdemu będą miłe, lecz tylko temu, kto się naprawdę żyje z naturą i jej dziełami.

*

Nie marnuj pozostającej ci części życia na rozmyślanie o innych, jeżeli to nie ma związku z jakąś sprawą użyteczności publicznej. Mianowicie

zaniedbujesz inną pracę, jeżeli rozmyślasz, co i dlaczego ktoś tam robi, co mówi, czego pragnie, nad czym myśli, co planuje, i o innych tym podobnych rzeczach, które cię odwodzą od pielęgnowania własnej woli. Należy więc zawładnąć tym, co jest w zakresie wyobrażeń nierozważne i bezcelowe, a przede wszystkim pozbyć się niepotrzebnej ciekawości i złośliwości. I należy się przyzwyczaić do tego, by tak tylko myśleć, że gdyby cię ktoś nagle zapytał: „o czym teraz myślisz?”, mógłbyś natychmiast swobodnie odpowiedzieć: „o tym i o tym”, by było jasne, że wszystkie twoje myśli są proste i pełne życzliwości, i godne stworzenia społecznego, gardzącego myślami o rozkoszach lub w ogóle o używaniu albo o jakiejś nienawiści lub zazdrości, lub podejrzeniu, lub o czymś innym, z powodu czego byś się zarumienił, wyznając, że o tym myślałeś.

*

Nie działaj nigdy pod przymusem ani wbrew dobru publicznemu, ani bez rozwagi, ani w wewnętrznej rozterce. A myśl niech będzie prosta, bez sztucznych dodatków. Nie bądź ani gadatliwy, ani nie zajmuj się od razu zbyt wieloma sprawami. Ponadto bóg, w tobie przebywający, niech będzie kierownikiem stworzenia o charakterze męskim, dojrzałego i znającego się na sprawach państwa, Rzymianina i władcy, człowieka, który takie zajął stanowisko, jak człowiek oczekujący z wszelką gotowością znaku odwołującego go z życia, człowieka, który nie potrzebuje przysięgi ani żadnego świadka. Ponadto bądź pogodny i nie miej potrzeby pomocy zewnętrznej, i nie pożądamy spokoju takiego, którego inni użyczają. Należy więc samemu się trzymać, a nie być podtrzymywanym.

*

Nie poczytuj nigdy tego za pożyteczne dla siebie, co cię kiedyś może zmusić do złamania słowa, opuszczenia drogi wstydu, do nienawiści kogoś, do podejrzeń, przekleństw, obłudy i pożądania czegoś, co by wymagało murów i zasłon. Kto bowiem obrał dla siebie służbę swego rozumu i demona, i tajemnic jego cnoty, ten nie zakłada tragicznej maski, nie wzdycha, nie będzie pożywał ani pustkowie, ani tłumy. A co najważniejsze, nie będzie ubiegał się o nic, ani unikał czegokolwiek. A będzie mu to obojętne zupełnie, czy dłuższy, czy krótszy czas będzie korzystał z usług duszy zamkniętej w ciele. Bo choćby mu już przyszło odejść, to odejdzie

tak pogodnie, jakby miał spełnić inny jakiś obowiązek – jeden z tych, które dają się spełnić z powagą i skromnością. A na to tylko przez życie całe zwraca baczną, by umysł nie poszedł w kierunku niegodnym stworzenia rozumnego i społecznego.

*

W duszy człowieka, który osiągnął najwyższy stopień doskonałości i czystości, nie znajdziesz zgnilizny ani skalania, ani ukrytego wrzodu. Przeznaczenie nie odbiera mu życia niedokończonego, jakby to można powiedzieć o aktorze, którego się oddała przed ukończeniem i odegraniem sztuki. Nie znajdziesz w nim ani służalczości, ani sztuczności, ani zależności od drugih, ani odsunięcia się od nich, ani poczucia winy, ani żadnej skrytości.

*

Ćwicz władzę wnioskowania. Od niej to przede wszystkim zależy, by w twej woli nie powstała myśl niezgodna z prawami natury i ustrojem stworzenia rozumnego. Ten zaś objawia się rozwagą w sądach, życzliwością dla ludzi i posłuszeństwem dla bogów.