

Rozmowy z samym sobą

Ćwiczenia filozoficzne układające w głowie



TEKSTY ŹRÓDŁOWE

Jeśli jest prawdą, że filozofia grecka stworzyła podwaliny racjonalności, w której się odnajdujemy, to zawsze utrzymywała, że podmiot nie może mieć dostępu do prawdy, jeśli najpierw nie wykona nad sobą pewnej pracy, która pozwoli mu poznać prawdę. Związek między dostępem do prawdy a pracą nad sobą, jest istotny w myśli starożytnej i myśli estetycznej.

M. Foucault, w: P. Hadot, *Filozofia jako edukacja dorosłych*, dz. cyt., s. 264.



Filozof nie uczy ludzi określonego zawodu, nie przygotowuje ich do określonej profesji, ale stara się przemienić ich wrażliwość, charakter, sposób patrzenia na świat czy odnoszenia się do innych ludzi.

P. Hadot, *Filozofia jako edukacja dorosłych*, dz. cyt., s. 206.



Bo to tak jest: z bogów żaden nie filozofuje ani nie pragnie mądrości – oni ją mają; ani żadna inna istota mądrze nie filozofuje. Głupi też nie filozofuje i żaden z nich nie chce być mądry. Bo to właśnie całe nieszczęście w głupocie, że człowiek nie będąc ani pięknym i dobrym, ani mądrym, przecie uważa, że to mu wystarczy. Bo jeśli człowiek uważa, że mu czegoś nie brak, czyż będzie pragnął tego na czym mu, jego zdaniem, nie zbywa? Moja Diotymo – powiadam – a któż się w takim razie zajmuje filozofią, jeżeli mądry nie, a głupi także nie? To – powiada – nawet i dziecko zrozumie, że ci, którzy są czymś pośrednim



**Ministerstwo Nauki
i Szkolnictwa Wyższego**

między jednymi i drugimi. Do tych i Eros należy. Bo mądrość to rzecz niezaprzeczalnie piękna, a Eros to miłość tego, co piękne; przeto musi być miłośnikiem mądrości, filozofem, a filozofem będąc, pośrodku jest między mądrością a głupotą.

Platon, *Uczta* 203e–204c, tłum. W. Witwicki.



Jakaż mi się należy kara osobista czy grzywna, żem, lichy wie czemu, całe życie nie siedział cicho i nie dbał o to, o co się troszczy wielu: o pieniądze, o dom, o strategię, mowy na zgromadzeniach, urzędy, sprzysiężenia, obywatelskie spiski, bom się naprawdę za zbyt porządnego człowieka uważał na to, żeby tam pójść, a ostać się, i nie szedłem tam, gdzie bym się ani wam, ani sobie na nic nie przydał, tylko jak zwykły człowiek do każdego z osobna chodził świadczyć mu największe dobrodziejstwo, ja przynajmniej tak uważam; tak szedłem i próbowałem każdego z was namawiać, żeby ani o żadną ze spraw swoich nie dbał prędzej, zanim dbać zacznie siebie samego, by się stał jak najlepszym i najmądrzejszym, ani się o sprawy państwa troszczył, zanim o państwie samym nie pomyśli, i żeby się o wszystko inne podobnym porządkiem starał, więc to mi się należy za to? Takiemu człowiekowi?

2

Platon, *Obrona Sokratesa* 36c, tłum. W. Witwicki.



Skoro tedy szczęście jest pewnym rodzajem działania duszy, zgodnym z nakazami doskonałej dzielności, należy zająć się dzielnością. Ta bowiem może pozwoli nam lepiej zrozumieć istotę szczęścia. (...) Zając zaś potrzeba się dzielnością – rzecz jasna, że ludzką; rozważania nasze bowiem dotyczyły ludzkiego dobra najwyższego i szczęścia ludzkiego. Ludzką zaś dzielnością nazywamy działalność nie ciała, lecz duszy; a także i szczęście uważamy za działanie duszy.

Arystoteles, *Etyka nikomachejska*, I.13; tłum. D. Gromska.



Dwa tedy są rodzaje dzielności, z których jeden stanowią zalety dianoetyczne, drugi zaś – zalety etyczne, czyli cnoty. Otóż zarówno powstanie, jak i rozwój zalet dianoetycznych jest przeważnie owocem nauki i dlatego wymagają one doświadczenia i czasu; [zalet] etycznych natomiast nabywa się dzięki przyzwyczajeniu, skutkiem czego i nazwa ich nieznacznie tylko odbiega od wyrazu „przyzwyczajenia”. Wynika stąd też, że żadna z cnót nie jest nam z natury wrodzona; nic bowiem z tego, co jest wrodzone, nie daje się zmienić dzięki przyzwyczajeniu.

Arystoteles, *Etyka nikomachejska*, II, 1; tłum. D. Gromska.



Dzielność musi zmierzać do owego właściwego środka jako do swego celu. A mam tu na myśli dzielność etyczną [tj. cnotę], ona bowiem dotyczy doznawania namiętności i postępowania, a w ich właśnie obrębie istnieje nadmiar, niedostatek i właściwy środek. I tak obawiać się, być odważnym, pożądać, gniewać się, litować się i w ogóle radować się i smucić się można i zbyt, i za mało, a w obu tych wypadkach niewłaściwie; doznawać zaś tych namiętności we właściwym czasie, z właściwych przyczyn, wobec właściwych osób, we właściwym celu i we właściwy sposób – to właśnie jest drogą zarówno środkową, jak i najlepszą, i to też jest istotną cechą dzielności etycznej; podobnie istnieje także nadmiar, niedostatek i środek w odniesieniu do postępowania. Otóż dzielność etyczna dotyczy doznawania namiętności i postępowania, w których nadmiar jest błędem, niedostatek – przedmiotem nagany, środek zaś pochwałą i czymś właściwym; jedno i drugie [tj. to, co jest przedmiotem pochwały, i to, co jest właściwe] zaś jest związane nierozłącznie z dzielnością etyczną. Jest tedy dzielność etyczna pewnego rodzaju umiarem, skoro zmierza do środka jako do swego celu.

Arystoteles, *Etyka nikomachejska*, II, 6; tłum. D. Gromska.



Wszak cała nasza działalność zdąża do tego, aby się uwolnić od cierpienia i niepokoju. A gdy raz zdołamy to wszystko osiągnąć, wnet zniknie niepokój duszy, istota żywa nie odczuwa już bowiem potrzeby zabiegania

o cokolwiek, czego by jej nie brakowało, ani też nie będzie szukać czego innego do dopełnienia dobra duszy i ciała¹.

Epikur,

cytat za: Diogenes Laertios, *Żywoty i poglądy słynnych filozofów*,
tłum. K. Leśniak, Warszawa 2004, s. 654.



Ćwiczenie duchowe – ćwiczenie inteligencji, woli lub wyobraźni, które ma na celu zmianę albo naszego stosunku do świata, albo naszego sposobu życia, naszego postępowania, dobrowolna i osobista praktyka mająca na celu doprowadzenie do przemiany siebie.

P. Hadot, *Filozofia jako edukacja dorosłych*, dz. cyt., s. 298.



Od chwili wstania z łóżka, zawczasu przemyśleć, w związku z różnymi czynnościami w ciągu dnia, czy lepiej żyć jak niewolnik swych namiętności, czy też użyć przeciw nim rozumu.

J. Marquardt w: P. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, dz. cyt., s. 20–21.



Anestenesa pytano, jaką korzyść odniósł z filozofii: ten odpowiedział, że mogę sam z sobą rozmawiać.

Por. Diogenes Laertios, *Żywoty i poglądy słynnych filozofów*, dz. cyt., s. 314.



Konsekwentnie chodzi o koncentrację na teraźniejszości, praktykowanie patrzenia z góry (patrzenie na siebie lub sytuację, jakbyśmy byli w niebie) wejście w siebie, aby osiągnąć pewien stan duchowy.

P. Hadot, *Filozofia jako edukacja dorosłych*, dz. cyt., s. 298.

¹ Epikur, Diogenes, s. 646.

Być filozofem to nie tyle oddać się wyrafinowanym rozmyślaniom, ile tak kochać mądrość, aby zgodnie z jej nakazami prowadzić życie proste, niezależne, wielkoduszne i ufne.

H.D. Thoreau, *Walden, czyli życie w lesie*, tłum. H. Ciepłińska, Poznań 2010, s. 36.

BIBLIOGRAFIA

Hadot P., *Czym jest filozofia starożytna?*, Warszawa 2000.

Hadot P., *Ćwiczenie duchowe i filozofia starożytna*, Warszawa 2019.

Hadot P., *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, Warszawa 2003.

Hadot P., *Filozofia jako edukacja dorosłych*, Warszawa 2023.

Hadot P., *Twierdza wewnętrzna*, Kęty 2004.

Fabjański M., *Uwolnij się! Dobre życie według siedmiu filozofów-terapeutów*, Kraków 2020.

Reale G., *Historia filozofii starożytnej*, Lublin 1996–1997.

Reale G., *Myśl starożytna*, Lublin 2003.

Thoreau H.D., *Walden, czyli życie w lesie*, tłum. H. Ciepłińska, Poznań 2010.

Wolska U., *Terapia filozoficzna. Od umiłowania mądrości do dobrego i spełnionego życia*, Warszawa 2020.

5

