

(Σε ασύνδετο σχήμα)



Γράφει ο
Βύρων Τομάζος

Στο προηγούμενο άρθρο μου, «Χαμογέλα αλλά και ρώτα, αν θέλεις να είσαι ευτυχής και να πετύχεις στη ζωή σου» χρησιμοποίησα και ένα απόφθεγμα των στωικών που λέει «**έχουμε δύο αυτιά και ένα στόμα, γιατί πρέπει να ακούμε διπλάσια από ό,τι μιλάμε**». Μου έκανε εντύπωση η επικαιρότητα αυτού του λόγου, πώς δηλαδή πριν από δυόμισι χιλιάδες χρόνια, αυτοί οι άνθρωποι είπαν κάτι το οποίο σήμερα το έχουμε αναδείξει σε σλόγκαν, στη ζωή μας, στο μάντζιεντ, στις επιχειρήσεις και στην καθημερινότητά μας. Γι' αυτό έψαξα για τους στωικούς, για τους οποίους είχα μια αμυδρή ιδέα από το Γυμνάσιο, όπως φαντάζομαι να συμβαίνει και για αρκετούς από τους αναγνώστες μου.

Ο στωικισμός υπήρξε η σημαντικότερη κίνηση στην ελληνιστική φιλοσοφία και εκείνη που άσκησε την μεγαλύτερη επίδραση. Για περισσότερο από τέσσερις αιώνες ισχυριζόταν ότι είχε οπαδούς του μεγάλο αριθμό μορφωμένων ανθρώπων στον ελληνορωμαϊκό κόσμο, και η επίδραση του δεν περιορίστηκε μόνο στην κλασική αρχαιότητα. Πολλοί χριστιανοί Πατέρες ήταν επηρεασμένοι από τον στωικισμό πολύ βαθύτερα απ' όσο ομολογούσαν οι ίδιοι και από την Αναγέννηση ως τα νεότερα χρόνια η επίδραση της στωικής ηθικής διδασκαλίας στον δυτικό πολιτισμό υπήρξε κυριαρχική.

Ο στωικισμός αποτελεί μία σημαντική φιλοσοφική σχολή των ελληνιστικών και ρωμαϊκών χρόνων (300 π.Χ. - περίπου 250 μ.Χ.), η οποία ιδρύθηκε στην Αθήνα από τον Ζήνωνα τον Κιτιάα με κέντρο την «Ποικίλη Στοά» από όπου και πήρε το όνομά της η Σχολή.

«**Κατά τους Στωικούς, η ανθρώπινη φύση είναι τμήμα της παγκόσμιας φύσης, η οποία καθοδηγείται και κυβερνάται από τον συμπαντικό νόμο της Λογικής**».

Ο άνθρωπος, ως έλλογο ον, συγγενεύει όχι μόνο με τα άλογα ζώα αλλά και με τους Θεούς και πέραν του ενστικτού διαθέτει και ηθική αίσθηση. Κύριο ζητούμενο του βίου είναι συνεπώς το να ζει κάποιος σύμφωνα με τη φύση του, η οποία για τον άνθρωπο, μέσω της λογικότητάς του (στα λατινικά ratio), ωθεί προς την Αρετή, **άρα το «κατά Φύσιν Ζην» σημαίνει «κατ' Αρετήν Ζην**». Η Αρετή είναι το μόνο αγαθό και μόνο από αυτή εξαρτάται η ευημερία. Όλα τα υπόλοιπα πράγματα, ευχάριστα ή δυσάρεστα, στερούνται αξίας, είναι «αδιάφορα».

Σύμφωνα με τον στωικισμό, καθήκον του ανθρώπου είναι να θέσει τον εαυτό του σε αρμονία με το Σύμπαν, το οποίο, ως λογικό και αγαθό, του μεταφέρει τις ιδιότητές του. **Με το να βλέπεις κανείς τους άλλους για το υποτιθέμενο ατομικό του συμφέρον, υπονομεύει κατ' ουσίαν την ίδια του τη φύση**, π.χ. η ιδέα του περιβάλλοντος.

Ο στωικός δεν αρνείται τον κόσμο των θνητών πραγμάτων, ούτε όμως και εξαρτάται από αυτόν, απλώς ζει απάραχα μέσα του ενώ, σε αντίθεση προς την απόσυρση των επικουρείων, συμμετέχει σε όλες τις πτυχές της κοινωνικής ζωής (λ.χ. πολιτική, οικογένεια, κ.λπ.). Βρήκα πάρα πολλά γνωμικά των στωικών, αλλά θα αναφερθώ και θα σχολιάσω αυτά που με εντυπωσίασαν περισσότερο.

«**Συνειδητοποίησε πρώτα ποιος θέ- λεις να είσαι και ύστερα κάνε αυτά που πρέπει να κάνεις**»

Ο άνθρωπος διαμορφώνεται με τον χρόνο και περνάει μεγάλο μέρος της ζωής του σαν «work in progress», εν εξελίξει. Για να γίνουμε αυτό που θέλουμε και αυτό που μπορούμε, πρέπει πρώτα να αποκτήσουμε μία εικόνα του ιδανικού εαυτού μας. Ποιος άνθρωπος θέλω να είμαι; Ποιο επάγγελμα θέλω να εξασκήσω; Ποια είναι τα προσωπικά μου ιδεώδη; Προϋπόθεση όλων αυτών είναι η αυτογνωσία, η συνειδητοποίηση της ταυτότητας και τον ορίων μας. Δεν πρέπει ούτε να έχουμε μεγάλη ιδέα για τον εαυτό μας, ούτε να τον περιφρονούμε. Καμιά φορά λέμε «πρέπει να βρω τον εαυτό μου». Στην πραγματικότητα, τον εαυτό μας δεν τον βρίσκουμε. Τον δημιουργούμε εμείς οι ίδιοι, τον σμιλεύουμε.

οι, τον σμιλεύουμε.

Η βάση της φιλοσοφίας και το στοίχημα της φιλοσοφίας είναι η αυτογνωσία. Πράγματι, για τους στωικούς τα εξωτερικά γεγονότα κανονίζονται από τη μοίρα, επομένως δεν μπορούμε να τα ελέγξουμε. Ωστόσο παραμένουμε υπεύθυνοι για τις ενέργειές μας. **«Αντί να δίνουμε πλούτο στα παιδιά μας καλύτερα να δίνουμε μόρφωση. Οι μορφωμένοι φτωχοί άνθρωποι έχουν περισσότερες ευκαιρίες στη ζωή απ' όσες οι αδαείς πλούσιοι»**

Σε αυτό ακριβώς το θέμα εμείς οι Έλληνες κάνουμε ό,τι μπορούμε. Ίσως πολλές φορές να το παρακάνουμε κιόλας, αλλά η μόρφωση όση και οποία και να είναι, αποτελεί asset, περιουσιακό στοιχείο, το λέει και ο λαός μας: Η μόρφωση είναι χρυσό βραχιόλι στο χέρι αυτού που την έχει και «άνθρωπος αγγράμματος ξύλο απελέκητο».

«**Στον Γάμο, επειδή είναι η στενότερη δυνατή συναναστροφή, ισχύουν πολύ περισσότερο οι κανόνες περί καλής συναναστροφής**»

Λέμε συχνά ότι η καθημερινότητα σκοτώνει τον έρωτα, αντί να πούμε ότι τον έρωτα τον σκοτώνει ο τρόπος με τον οποίο διαχειριζόμαστε την καθημερινότητα... Η ανελλικνεία, οι απατήσεις, τα παράπονα, οι παρεξηγήσεις, οι όχι και τόσο ξεκάθαρες κουβέντες, οι υπόγειες αλληλοκατηγορίες, οι υποψίες. Άρα σύντροφοι, παντρεμένοι και μη... προσέξτε τους κανόνες καλής συναναστροφής... **«Αν θέλεις να βελτιωθείς παραδέξου ότι είσαι αμαθείς και κουτός»**

Η αυτοβελτίωση ταυτίζεται με την άσκηση της ευφύιας, με το να κάνουμε και να σκεφτόμαστε λιγότερο τις κουταμάρες. Ο ευτυχισμένος άνθρωπος λέει: «Τι αμαθής και κουτός έχω υπάρξει» και πορεύεται προς όλο και λιγότερη αμάθεια, όλο και λιγότερη κουταμάρα.

«Όλες οι θρησκείες πρέπει να αντιμετωπίζονται με ανεκτικότητα. Ο κάθε άνθρωπος είναι ελεύθερος να βρει τον δικό του δρόμο για τον παράδεισο»

Με άλλα λόγια είναι η διδασκαλία του Χριστού περί αυτεξουσίου. Στην αρχαιότητα η ανεξιθρησκία ήταν σεβαστή από τους Έλληνες. Στην Αθήνα υπήρχε βωμός «τοις αγνώστοις θεοίς» -μοναδική περίπτωση στον αρχαίο κόσμο- όπου μπορούσε να προσφέρει θυσία στους θεούς του οποιοσδήποτε ξένος. Στις εκστρατείες του ο Μέγας Αλέξανδρος σεβάστηκε τα ιερά των διαφόρων λαών. Μεγάλο μέρος της επιτυχίας του οφειλόταν στην ανεκτικότητά του και την περιέργεια που έδειχνε έναντι των ξένων ηθών και εθίμων (παντρευόταν κιόλας...). Ο πρώτος νόμος που καθιερώνει επίσημα την ανεξιθρησκία και τη θρησκευτική ελευθερία ήταν το **διάταγμα των Μεδιολάνων**, με το οποίο ο Μέγας Κωνσταντίνος έθεσε τέρμα στους διωγμούς των χριστιανών το 313 μ.Χ.

«Αν ο αδελφός σου σε βλάψει, σκέψου πρώτα πως είναι αδερφός σου και ύστερα ότι σε έβλαψε»

Η αλήθεια είναι ότι ευκολότερα συγχωρούμε έναν εχθρό παρά ένα φίλο ή τον αδελφό μας. Ωστόσο, όλοι οι άνθρωποι έχουν τα ελαττώματά τους και χρειάζονται κατανόηση. Αν δεν έχεις κατανόηση, θα μείνεις μόνος σου. Μερικοί πιστεύουν ότι η επιείκεια και η κατανόηση ανοίγουν τον δρόμο για μελλοντικές προσβολές. Ότι μας κάνουν, δηλαδή, υπερβολικά υπομονετικούς. Αντιθέτως οι στωικοί πιστεύουν ότι μας θωρακίζουν και μας κάνουν σχεδόν αλώβητους.

«Μόνο οι αμαθείς ρίχνουν στους άλλους το φταιξιμό για τις κακοτυχίες τους. Όταν ρίχνουν το φταιξιμό στον εαυτό τους σημαίνει ότι αρχίζουν να μαθαίνουν. Όταν δεν το ρίχνουν σε κανέναν σημαίνει ότι έχουν μάθει όσα πρέπει να μάθουν»

Οι άνθρωποι ρίχνουν το φταιξιμό για τα δεινά στους άλλους και στη μοίρα, αλλά όπως έγραψε ο Πλάτων «αίτια ελομένου θεός αναίτιος»: ο θεός δεν έχει ευθύνη για τις πράξεις εκείνων που έχουν ελευθερία επιλογής (αυτεξουσία). Δεν είμαστε έρμαια της τύχης, ούτε θύματα των συναναστροφών μας. Είμαστε όντα που παίρνουν αποφάσεις, είμαστε υπεύθυνοι για όσα κάνουμε και για όσα δεν κάνουμε. Όταν αποποιούμαστε την ευθύνη, υποτασσόμαστε στις επιθυμίες των άλλων και στην κρατική εξουσία, πόσω μάλλον όταν δεν πάμε να ψηφίσουμε. Αφήνουμε τους άλλους να κρίνουν την τύχη μας.

«Η πόρτα της ζωής είναι πάντοτε ανοιχτή. Αν θέλεις, περ «δεν παίζω άλλο» και φύγε. Όμως αν μείνεις, σταμάτα τις κλάψεις»

Να τι σκέφτεται ο στωικός φιλόσοφος: «Θα πεθάνω -αλλά πρέπει να πεθάνω βογκώντας; Θα φυλακιστώ- πρέπει λοιπόν να θρηνολογώ; Θα εξοριστώ - ποιος όμως μπορεί να μ' εμποδίσει να φύγω χαμογελώντας και ήρεμος;». Οι στωικοί υποστηρίζουν ότι πρέπει να φτάσουμε σε κατάσταση πλήρους αδιαφορίας, η οποία θα μας βοηθήσει να υπερβούμε όλα τα βάσανα και να αντιμετωπίσουμε γαλήνια τον θάνατο.

«Μην προσπαθείς να επιβάλλεις στους άλλους ό,τι δεν θέλεις να σου επιβάλλουν. Αν απορρίπτεις τη δουλειά, πρόσεχε να μην υποδουλώσεις τους άλλους»

Συνήθως όσοι προσπαθούν να υποδουλώσουν τους συνανθρώπους τους είναι πρώην «δούλοι»... Το αίσθημα της δικαιοσύνης είναι έμφυτο στον άνθρωπο («Όπως και το ίσιο δεν χρειάζεται χάρακα, έτσι και το δίκαιο δεν χρειάζεται δικαιοσύνη» λέει ο Επίκτητος), αλλά πρέπει επίσης να καλλιεργείται.

«Μην κάνεις στους άλλους ό,τι δεν θέλεις να σου κάνουν»

«Λοιπόν, όλα όσα θέλετε να σας κάνουν οι άλλοι άνθρωποι, αυτά να τους κάνετε κι εσείς; σ? αυτό συνοψίζονται ο νόμος και οι προφητές», Ματθ. 7:12. Συχνά οι άνθρωποι που έχουν την τάση να αδικούν τους άλλους έχουν υπάρξει θύματα αδικίας – συνήθως τα πρώην θύματα γίνονται οι στυγνότεροι θύτες. Και οι εργάτες οι σκληρότεροι εργοδότες.

«Στη θεωρία είναι εύκολο να πείσεις έναν αδαή. Στην πραγματική ζωή όμως οι άνθρωποι αντιστέκονται σε όσους προσπαθούν να τους πείσουν»

Η τεχνική της πειθούς είναι μέρος της άσκησης της πολιτικής: «Αν δεν μπορείς να τους πείσεις, μπέροδεμέ τους» έλεγε ο Αμερικανός Πρόεδρος Χάρρυ Τρούμαν. Αλλά οι μέθοδοι της πολιτικής απέχουν πολύ από την ενάρετη ζωή. Ο σοφός άνθρωπος επιζητεί να μεταδώσει καλές ιδέες που θα κάνουν τους άλλους καλύτερους και πιο ευτυχισμένους, χωρίς να ασκήσει ούτε τη γοητεία του ούτε -πολύ περισσότερο- τη βία. Το μυστικό για να πείθεις είναι να έχεις πεισθεί εσύ ο ίδιος.

«Η αρετή ανταμείβεται με ευτυχία, ηρεμία, αταραξία»

Η στωική σκέψη είναι μια μορφή υλισμού και πραγματισμού. Η συνταγή των στωικών για την καλή ζωή επικεντρωνόταν σε τρία θέματα: να γίνεις κύριος των επιθυμιών σου, να εκτελείς τα καθήκοντά σου και να μάθεις να σκέφτεσαι καθαρά για τον εαυτό σου και για τις σχέσεις σου με την ανθρώπινη κοινωνία.

Μάθε να λες «όχι»

Κανείς δεν μπορεί να κάνει πάντα ό,τι θέλει. Όμως πρέπει να μάθουμε να μην κάνουμε ποτέ ό,τι δεν θέλουμε. Το «όχι» σε μια επιλογή που μας φαίνεται ανεπιθύμητη είναι σωτήριο, μας απελευθερώνει και ανοίγει τον δρόμο στη χαρά. Και γι' αυτό έχω αναφερθεί σε σχετικό άρθρο ότι ένα όχι μπορεί και να μας απαλλάξει από την κατάθλιψη...

Συνοψίζοντας αυτό το άρθρο και διαβάζοντας όλα τα αποφθέγματα των στωικών, είναι περίπου 70, συνειδητοποίησα ότι πάρα πολλά από αυτά έχουν αναφερθεί σε προηγούμενα άρθρα μου. Όπως σας έχω πει τα περισσότερα δεν είναι δικά μου, δάνειος είμαι, όμως είναι όλα επίκαιρα, νομίζει κανείς ότι γράφτηκαν χθές, όπως συμβαίνει και με τις αρχαίες τραγωδίες. Γι' αυτό προτείνω, ειδικά στους νέους να ασχοληθούν περισσότερο με τους αρχαίους μας. Θα μου πείτε, προτείνεις στον 21ο αιώνα να ακολουθήσουμε μια νέα Αναγέννηση; Θα έλεγα όχι, αλλά σίγουρα μια περαιτέρω ενασχόληση μας βοηθάει πολύ στη ζωή μας και ειδικά στον επαγγελματικό μας κόσμο.

Επίσης από τους στωικούς μ' άρεσε πολύ ο Επίκουρος, αλλά ασχολείται πολύ με την ηδονή και τα ερωτικά και άφησα να το γράψω όταν μεγαλώσω... άλλωστε έχω καλύψει, προσωρινά, το πλαφόν μου γιατί έγραψα πρόσφατα τα ερωτικά του Σεξπείρου (Σαίξπηρ).

Πηγές: Μαξ Έγγμαν, 61 Μαθήματα Καθημερινής Ζωής από τους Στωικούς, εκδόσεις Πατάκη. A.A. Long, Η ελληνιστική Φιλοσοφία Στωικοί, Επικούρειοι, Σκεπτικοί, Μορφωτικό Ίδρυμα Εθνικής Τραπέζης, Μπαρμπά-Googol