

## **Ks. Jan Sochoń: Medytacje (rekolekcyjne) na papierze cesarza Marka Aureliusza**

Wypada stwierdzić, że „Rozmyślenia” Marka Aureliusza prezentują się jako wzorcowy przykład medytacji filozoficznej. Jej treściowy przedmiot wywodzi się bezpośrednio z człowieczej egzystencji. Dane jest nam po prostu życie, powiadał cesarz-stoik, i trzeba coś z nim zrobić – pisze ks. Jan Sochoń w „Teologii Politycznej Co Tydzień”: „Marek Aureliusz. Filozofia czasu chaosu”.

*Nigdzie bowiem nie schroni się człowiek  
spokojniej i łatwiej jak do duszy własnej. [1]  
Marek Aureliusz, Rozmyślenia IV, I*

### **I**

No i stało się. W drugim wieku po Chrystusie w imperium rzymskim władzę przejęli „miłośnicy mądrości”, uosobieni przez mistrza ludzkiego losu – cesarza Marka Aureliusza. Nie był to tylko zbieg szczęśliwych okoliczności, ale wyraźna konsekwencja dziejów europejskiej myśli filozoficznej. Od razu narzuca się odwołanie do pomysłów Platona, który marzył o idealnej wspólnocie rządzonej przez filozofów, gdyż tylko oni byli w stanie (jako wyćwiczeni w dialektyce i

życiu cnotliwym) zapewnić obywatelom egzystencję rozwijającą się w blasku dobra, sprawiedliwości i społecznej szczęśliwości, mających swe ugruntowanie w odwiecznej idei państwa.

**Bez wsparcia ludzi takich jak Ty, nie mógłbyś czytać tego artykułu.**

**Prosimy, kliknij tutaj i przekaz darowiznę w dowolnej wysokości.**

Nie jest to jednak tradycja konstytutywna dla autora *Rozmyślań*. Trzeba się raczej skierować w stronę kultury hellenistycznej, w ramach której – już po upadku wielkiego imperium Aleksandra Wielkiego i zamilknięciu teorii metafizycznych, w tym przyrodniczych i logicznych, zwłaszcza Arystotelesa – rozrosły się szkoły filozoficzne, których projektodawcy skierowali swą uwagę na zagadnienia antropologiczne, skupione wokół pytania o styl zwykłego życia, o relacje wobec innych ludzi, o decyzje mogące prowadzić do osiągnięcia szczęścia, wreszcie o stosunek do nieuchronnego losu i bogów. Cynicy, sceptycy, hedoniści, epikurejczycy, stoicy zawładnęli umysłami nie tylko ówczesnej arystokracji, lecz także niższych warstw społeczeństwa. Zyskali niebywałą popularność, głównie z tej racji, że treści filozoficzne wywodzili, czy może lepiej określić, scalali z codziennym sposobem życia. W ten sposób mądrość zawarta w ich lapidarnych sentencjach i niemal aforystycznych wypowiedziach weryfikowała się w konkretnie egzystencji.

Filozofia bowiem miała, w ich ujęciu, umożliwiać osiągnięcie szczęścia poprzez zachęcanie do różnego rodzaju działań. Mogło to być chociażby:

- ograniczanie potrzeb, co było to zgodne z ludzką naturą, albo wprost przeciwnie, stałe pomnażanie przyjemności;
- unikanie cierpienia, gdyż samo życie jest czystą radością i strachu, wywoływanego przede wszystkim przez Los, wobec którego należy zachować spokój ducha, starać się być obojętnym na perswazje rzeczywistości;
- przyjmowanie świata takiego, jakim jest; przeżywanie osobistej, wewnętrznej wolności jako zasadniczego prawa życia;
- kierowanie się rozumem, który jest wrażliwy na głosy natury;
- powstrzymywanie się od twierdzeń jednoznacznych i pewnych;
- propagowanie ascezy;
- szacunek wyrażany wobec prostych ludzi, gdyż każdy człowiek jest godzien aprobaty i uszanowania;
- postępowanie sprawiedliwe dla dobra innych ludzi.

## II

Tego rodzaju rady miały praktyczny charakter i były konsekwencją pewnej specyficznej cechy myślenia filozofów hellenistycznych. Chodzi mianowicie o pojmowanie przez nich filozofii jako „ćwiczenia duchowego” (*askesis*). Z trzech dziedzin kultury wyodrębnionych przez Arystotelesa: *theoria*, *praxis* i *poiesis* – tę drugą sferę uznali za najważniejszą. Filozofii przeto nie wyznaczali zadań czysto teoretycznych nabudowanych na logosie, lecz akceptowali wzorzec nabudowany na etosie, czyli działalności polegającej na czynieniu prawdy, dobra, czy sprawiedliwości.

Oznacza to, że filozof nie dąży wyłącznie do zdobycia wiedzy na temat ludzkiego życia czy kosmosu; zatrzymując się na etapie teoretycznego oglądu, jaki odbywa się w teatrze, ale raczej stara się zdobytą wiedzę wykorzystywać w powszedniości. Filozofia bowiem to sposób życia i postępowania. Nie warto jej ograniczać do rozważań teoretycznych, lecz zawsze łączyć z duchowym oczyszczeniem (*katharsis*) oraz dialektycznymi ćwiczeniami.

Dlatego rozumiejący i krytyczny dialog (także z samym sobą) stał się ekspresywnym znakiem autentyczności filozoficznej. Pierre Hadot[2], zmarły w kwietniu 2010 roku, wybitny znawca kultury antycznej, tłumacz i przyjaciel Polski i Polaków, wprowadził naukowo szczęśliwą formułę „ćwiczenia duchowego” sugerując, że praktyka duchowych ćwiczeń, choć obecna od zawsze w ludzkiej kulturze, jednak dopiero przez Sokratesa została zaszczerpiona w świadomości Zachodu, a swój szczyt osiągnęła w aktywności filozofów szkół hellenistycznych, zwłaszcza u stoików.

Odtąd główne cele filozofii skoncentrowały się na zdobywaniu mądrości, niemającej nic wspólnego z dotychczasowymi zdobyczami tradycyjnej parmenidejskiej ontologii czy sofizmatami, stosowanymi przez sofistów. Wspomniana mądrość wiązała się raczej z różnorodnym doświadczeniem (stoicy łączyli duchową praktykę z mobilizacją energii i heroiczną zgodą na los, epikurejczycy podkreślali swobodę, oderwanie, odprężenie i przyjemność, budujące życie traktowane jako prawdziwy absolut), które można opisać za pomocą chrześcijańskiego terminu „rachunek sumienia”.

Istotne okazywało się terapeutyczne zdziwienie, poddające w wątpliwość dotychczasowy kształt egzystencji każdego poszczególnego człowieka i w konsekwencji – przez wewnętrzne doskonalenie – umożliwiające wzniesienie się na wyższy etap duchowego rozwoju, po prostu, głębsze poznanie samego siebie. Z założenia więc tego rodzaju filozofowanie miało prowadzić do osiągnięcia szczęścia, rozpoznawanego jako życie zgodne z naturą, opatrnościowym porządkiem kosmosu oraz podszeptami rozumu, który u Marka Aureliusza nabrał boskiego wymiaru.

### III

Marek Aureliusz pisał (nie dyktował) *Rozmyślenia* przez całe swoje życie, traktując tę czynność jako w miarę stałe notowanie treści osobistego doświadczenia, nie wyłączając wprowadzania w tekst cytatów z lektur, rozmów czy spotkań z najbliższymi. Nie czynił tego ze świadomością, że przygotowuje dzieło do publicznego przedstawienia, być może dlatego nie opatrzył go żadnym tytułem. Wydaje się, że traktował swoje zapiski jako coś bardzo prywatnego, wręcz intymnego, co miałyby stanowić – jako zestaw egzystencjalno-moralnych ideałów – dla samego autora pomoc i zachętę do prowadzenia życia autentycznego, godnego, pozbawionego fałszywych idoli promowanych przez świat.

W tym sensie miał poprzedników w starożytnym gatunku sentencji (Teognis, Fokylides), które w sposób teologicznie atrakcyjny wykorzystał Piotr Lombard pisząc podręcznik *Liber sententiarum*,

zajmujący wyjątkowe miejsce w procesie nauczania teologii w średniowieczu, czy w różnego typu zapiskach pozostawionych przez filozofów hellenistycznych, szczególnie przez Epikteta.

W odróżnieniu wszakże od wyżej wskazanych wzorców gatunkowych, utwór Aureliusza to książka bez czytelnika, specyficzna mowa wewnętrzna, dialog z samym sobą, rzecz o sobie, pozbawiona widocznej formalnej kompozycji, co nie znaczy, że w swej strukturze chaotyczna, tocząca się w zgodzie w żywiołowym, wielowarstwowym nurtem autorskiej myśli. Jeżeli przy tym rozeznamy, że Aureliusz pisał swe notatki z dnia na dzień, często w warunkach wojennej tułaczki, na tabliczkach (*pugillares*) lub na wygodnych w pisaniu własnoręcznym kartkach (*schedae*), nie miał zapewne czasu na ich stylistyczne doskonalenie.

Ale w pewnym momencie ów tekst postanowił przepisać i uporządkować. Kiedy? Być może doszło do tego jeszcze za życia autora, być może później. W każdym razie Pierre Hadot przyznaje, że pewne jest tylko to, że cesarz pisał dla samego siebie, że pozostawił swe pisarskie dokonanie w formie notatek osobistych (*hypomnema*) i że dokonał redakcji swych sentencji, myśli i refleksji w *formie literackiej bardziej wyrafinowanej*, bo to właśnie doskonałość sformułowań mogła im zapewnić skuteczność psychologiczną, siłę perswazji[3].

Tekst został znaleziony po śmierci cesarza, który podczas wyprawy wojennej w 180 roku niespodziewanie zmarł na dżumę. Grecki rękopis pomyślnie nie przepadł w ogniu historii, zyskując w przeciągu dziejów edytorską całość, ujętą w części i paragrafy. Badacze sądzą, że jego treść nie została zniekształcona przez kopistów i wydawców. Mamy zatem do

czynienia ze stoickim w istocie wykładem podstawowych zasad formatujących życie w taki sposób, by bytując w ich świetle można było realnie naśladować – w stopniu w jakim to od nas zależy – ideał **człowieka prawego**. Czy te „ćwiczenia intelektualne” wypada nazywać medytacyjnymi? A jeżeli tak, czym jest medytacja filozoficzna?

#### IV

W ujęciu słownikowym medytacja to rozmyślanie, którego przedmiotem są na ogół ogólne zagadnienia metafizyczne, etyczne, estetyczne, a także religijne. Te ostatnie w mniejszym lub większym stopniu zbliżyć się mogą do przeżyć mistycznych, niemniej jednak medytacji nie należy utożsamiać z kontemplacją ze względu na swój wymiar intelektualny oraz na właściwe sobie cele poznawcze[4]. Otóż to!

Dlatego medytację filozoficzną znamionują charakterystyczne cechy. Do głównych zaliczyłbym następujące:

- to praca filozoficzna ludzkiego umysłu skupiona na określonym przedmiocie, wydarzeniu, myśli czy nawet słowie, mająca na celu ich dogłębne rozpoznanie i uchwycenie istoty;
- w medytacyjnym skupieniu ludzkiego „ja” zasadniczą rolę odgrywa intelekt (rozum), powiązany chcąc nie chcąc z aktywnością emocji;
- w zależności od akceptowanej koncepcji filozofii, w medytacji ukazują się poszczególne racje przemawiające za takim a nie innym ujęciu rozważanych prawd czy zasad metafizycznych

bądź antropologicznych;

- medytację zawsze wiąże przekonanie, że prawda jest jej celem, a nie zapatrywania dokonującego refleksji. Chodzi bowiem o treści motywowane przez rozważany przedmiot;
- medytację cechuje powtarzalność pewnych kanonów czy prawideł w celu ich dogłębnego opanowania, by stały się osobistymi regułami myślenia i postępowania osoby dokonującej medytacji.

Mając powyższe na względzie, wypada stwierdzić, że *Rozmyślania* Marka Aureliusza prezentują się jako wzorcowy przykład medytacji filozoficznej. Jej treściowy przedmiot wywodzi się bezpośrednio z człowieczej egzystencji. Dane jest nam po prostu życie – powiadał cesarz-stoik – i trzeba coś z nim zrobić.

Ale co? Przede wszystkim w granicach możliwości je poznać, by móc znieść los w sposób mężny i wyrozumiały. Tym bardziej że całym kosmosem rządzi prawo powtórzenia. Skończona ilość atomów sprawia, że dochodzą one swego kresu i cyklicznie się odnawiają. I temu procesowi nie ma właściwie kresu. Dlatego należy w taki sposób gospodarować codziennością, żeby przynosiła ona jak najlepsze (w porządku moralnym) owoce. Rzeczywistość, jakiej doznajemy, zdaniem Aureliusza, została wpisana w szerszą całość stanowioną przez cały kosmos. A my jako wola jednoczymy się z logosem rozszanym po wszystkich rzeczach. Stykamy się tutaj z wrażliwością Marka Aureliusza na wzniosłość kosmosu i wartość człowieka, lecz nie doświadczamy czegoś, co przynosi autentyczne doświadczenie religijne.

## V

*Rozmyślenia* mogą być źródłem medytacyjnego wysiłku, mogą przynosić pewnego rodzaju upojenie intelektualne, ale zatrzymują czytelnika na progu, poza którym nie można dostrzec ani śladu osobowo pojętej miłości, tylko heroizm oglądania otchłani powtarzalności. W tej sytuacji na nic już się zdaje przywoływanie pomocy bogów...

*Warszawa-Bielany, marzec 2020 r.*

\*\*\*

[1] M. Aureliusz, *Rozmyślenia* IV, 1, przekł. M. Reiter, Kęty 1999, s. 31.

[2] Zob. P. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, tłum. P. Domański, Warszawa 1992, s. 27.

[3] P. Hadot, *Twierdza wewnętrzna. Wprowadzenie do „Rozmyślań” Marka Aureliusza* przekł. P. Domański, Kęty 2004, s. 43-44.

[4] A. Podsiad, *Słownik terminów i pojęć filozoficznych*, Warszawa 2000, s. 496; zob. też: *Medytacja. Postawa intelektualna, sposób poznania, gatunek dyskursu*. Studia pod red. T. Kostkiewiczzonej i M. Saganiak, Warszawa 2010.



Sfinansowano przez Narodowy Instytut  
Wolności - Centrum Rozwoju  
Społeczeństwa Obywatelskiego  
ze środków Programu Rozwoju  
Organizacji Obywatelskich  
na lata 2018 – 2030



Ministerstwo  
**Kultury**  
i Dziedzictwa  
Narodowego.

Dofinansowano  
ze środków Ministra  
Kultury i Dziedzictwa  
Narodowego