

Agnieszka Kijewska

Historyk filozofii starożytnej i średniowiecznej, kierownik Katedry Historii Filozofii Starożytnej i Średniowiecznej KUL. W swojej pracy naukowej zajmuje się dziejami starożytnego i średniowiecznego neoplatonizmu, a w szczególności twórczością św. Augustyna, Boecjusza, Jana Eriugeny, szkoły w Chartres i Mikołaja z Kuzy. W czasie wolnym lubi zwiedzać muzea, czytać literaturę piękną, słuchać muzyki i uprawiać ogródek.

Słowa kluczowe: Pierre Hadot, ćwiczenia duchowe, medytacja, poznanie siebie

#19. Filozofia średniowieczna jako ćwiczenie duchowe: Nauczyć się żyć

Już filozofowie starożytni zwracali uwagę na kluczową rolę medytacji w procesie powrotu do siebie samego, co u Ojców Kościoła przybrało formę opozycji pomiędzy życiem czynnym i kontemplacyjnym.

Pierre Hadot (1922–2010), wybitny historyk filozofii i znawca myśli antycznej, już w latach 70. ubiegłego wieku sformułował, a następnie rozwijał w licznych pracach, swoją koncepcję filozofii pojętej jako ćwiczenie duchowe, egzemplifikując ją głównie na podstawie tekstów filozofów starożytnych. Motto do swojego „programowego” artykułu poświęconego temu zagadnieniu Hadot zaczerpnął z książki Georges’a Friedmanna, współczesnego francuskiego filozofa i socjologa, którego słowa w ciekawy sposób rezonowały z podejściem samego autora:

„Wzlatywać codziennie! Choćby na chwilę, która może być krótka, byle była intensywna. Codziennie „ćwiczenie duchowe” – samemu albo w towarzystwie człowieka, który też chce się udoskonalić. Ćwiczenia duchowe. Wyjść poza trwanie.

Starac się wyzbyć własnych namiętności, próżności, żądz rozgłosu wokół swego imienia (która od czasu do czasu chwyta, jak chroniczna choroba). Porzucić obmwę. Wyzbyć się litości i nienawiści. Kochać wszystkich ludzi wolnych. Unieśmiertlić się, przekraczając samego siebie (Friedmann 1970, [za:] Hadot 1992, s. 11).

Ten fragment wskazuje na najistotniejsze cechy ćwiczeń duchowych – ich funkcję oraz kierunek, a mianowicie metamorfozę całej osobowości, jej unieśmiertnienie osiągnięte poprzez codzienny wysiłek wznoszenia się ponad swoje własne ograniczenia i małośćkości, w stronę większej wolności i spełnienia. Hadot w sposób systematyczny wyłożył swoją koncepcję filozofii jako ćwiczenia duchowego, wskazując na jej najistotniejsze elementy zaczerpnięte z filozofii starożytnej, gdyż to tam koncepcja owa miała – jego zdaniem – swoje źródła, „bo wiąże się ono [ćwiczenie duchowe – przyp. AK] z samą istotą filozofii antycznej. Za ćwiczenie duchowe starożytni uważali filozofię jako taką” (tamże, s. 56). Tę tradycję, według Hadota, kontynuował Filon z Aleksandrii czy niektórzy Ojcowie Kościoła, jak Ojcowie Kapadoccy, Jan Chryzostom czy Ewagriusz z Pontu, dla których realizacja doskonałego życia chrześcijańskiego to *philosophia*:

„Jak to trafnie stwierdził Jean Leclercq, łacińskie średniowiecze pod wpływem tradycji greckiej w dalszym ciągu nadaje miano *philosophia* życiu klasztornemu.

Jeden z cysterskich tekstów zakonnych mówi, że uczniowie Bernarda z Clairvaux byli przezeń wtajemniczeni w „dyscypliny filozofii niebiańskiej” (tamże, s. 60).

Niemniej Hadot był dość krytyczny w ocenie dalszego rozwoju filozofii średniowiecznej wskazując na dokonującą się w scholastyce istotną separację dyskursu filozoficznego i praktyki życiowej:

„Przetrawły tylko dyskursy filozoficzne z niektórych starożytnych, zwłaszcza platońskiej i arystotelejskiej, ale oderwane od inspirujących je sposobów życia, zredukowane zostały do rangi zwykłego materiału pojęciowego, użytecznego w sporach teologicznych. „Filozofia” zaprzęgnięta w służbę teologii była odtąd jedynie dyskursem teoretycznym (Hadot 2000, s. 318).

Rafał Tichy w swoim artykule *Filozofia jako ćwiczenie duchowe w średniowieczu. W odpowiedzi Pierre’owi Hadotowi* przedstawił „życliwą i korygującą” polemikę ze stanowiskiem Hadota na temat filozofii średniowiecznej (Tichy 2017, s. 189 i n.), dlatego nie będę podejmować już tej kwestii, ale przejdę do przedstawienia tego, jak poszczególne elementy tej koncepcji zostały ucieleśnione w tekstach autorów wieków średnich. Także w mojej opinii to podejście do filozofii doskonale oddaje „ducha filozofii średniowiecznej”, a przynajmniej niektórych jej nurtów.



Ilustracja: Girolamo dai Libri, Inicjał ze śpiewającymi mnichami, ok. 1500 r.

Warto doczytać

- Augustyn, *O porządku*, tłum. J. Modrzejewski, [w:] tenże, *Dialogi filozoficzne*, Kraków 1999, s. 151–233.
- Augustyn, *Wyznania*, tłum. Z. Kubiak, Kraków 2002.
- Bernard z Clairvaux, *O rozważaniu*, [w:] tenże, *O miłowaniu Boga i inne traktaty*, tłum. S. Kiełtyka, Poznań 2000, s. 123–255.
- P. Damiani, *Pisma monastyczne*, tłum. E. Buszewicz, Tyniec 2018.
- G. Friedmann, *La puissance et la Sagesse*, 1970.
- P. Hadot, *Czym jest filozofia starożytna?*, tłum. P. Domański, Warszawa 2000.
- P. Hadot, *Ćwiczenia duchowe i filozofia starożytna*, tłum. P. Domański, W. Klenczon, Warszawa 2019.
- P. Hadot, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe*, tłum. P. Domański, Warszawa 1992.
- R. Tichy, *Filozofia jako ćwiczenie duchowe w średniowieczu. W odpowiedzi Pierre'owi Hadot*, [w:] *Therapeia, askesis, meditatio. Praktyczny wymiar filozofii w starożytności i średniowieczu*, K. Łapiński, R. Pawlik, R. Tichy (red.), Warszawa 2017, s. 189–217.
- R. Tichy, *Mystyczna historia człowieka według Bernarda z Clairvaux*, Poznań 2011.

Uleczyć wewnątrz człowieka

Filozoficzne ćwiczenie duchowe obejmowało kilka istotnych elementów, które się wzajemnie warunkowały, łącząc w sobie zarówno wymiar teoretyczny, jak i praktyczny. Prezentując określoną wizję budowy oraz funkcjonowania świata i człowieka (aspekt teoretyczny), to podejście do filozofii domagało się, jako koniecznego dopełnienia, wcielenia zdobytej wiedzy w życie w obrębie konkretnej, jednostkowej egzystencji (aspekt praktyczny). Szczególnie wyraźnie widać to w związku z pierwszym spośród zaproponowanych przez Hadota postulatów, a mianowicie: „Nauczyć się żyć”, którego doskonałą realizacją była dla niego cała filozofia stoicka. Autor pisze:

„Z ich punktu widzenia filozofia nie polega na nauczaniu oderwanej teorii ani tym bardziej na egzegzieze tekstów, ale na sztuce życia, na konkretnej postawie, na określonym stylu życia, angażującym całą egzystencję. Akt filozoficzny nie jest umieszczony jedynie w porządku poznania, lecz również w porządku „samego siebie” i w porządku istnienia; to akt postępu, który sprawia, że bardziej jesteśmy; który czyni nas lepszymi. Jest to konwersja powodująca przewrót w całym życiu, zmieniająca byt tego, który jej dokona. Pozwoli mu to przejść od stanu życia nieautentycznego, przyćmionego nieświadomością, nękanego troską do stanu życia autentycznego, w którym człowiek osiąga samoświadomość, precyzyjne widzenie świata, wewnętrzny pokój i wewnętrzną wolność (Hadot 1992, s. 13-14).

Aby dokonać tej przemiany należy uleczyć (terapeutyczna funkcja filozofii) wewnątrz człowieka przede wszystkim przez opanowanie namiętności i przywrócenie panowania najwyższej, racjonalnej części bytu ludzkiego. Należy tym samym przejść od jednostkowego, obciążonego emocjami widzenia rzeczy-

wistości, do postrzegania jej w świetle tego, co powszechne (por. tamże, s. 15). Dla autorów wieków średnich oznaczało to zwrócenie się ku samej Prawdzie i źródłu całej rzeczywistości, którym jest Bóg. Taki akt wymaga ćwiczenia uwagi (*prosoche*), czujności, która jest skupieniem się na chwili obecnej, na teraźniejszości, z odrzuceniem tego wszystkiego, co od nas nie zależy. Droga do tego skupienia wiedzie poprzez przywoływanie określonych maksym, reguł życiowych przyswajanych w trakcie ćwiczeń i właśnie one są inspiracją do medytacji (*meditatio*), która ma prowadzić do „zapanowania nad mową wewnętrzną”:

„Przez dialog z samym sobą albo z innymi, a także przez pisanie, ten, kto chce czynić postępy, stara się „prowadzić swoje myśli w porządku” i osiągnąć w ten sposób całkowite przekształcenie swojego widzenia świata, swojego stanu wewnętrznego, swojego stanu zewnętrznego zachowania. Te metody ukazują wielką znajomość leczniczej mocy słowa (Tamże, s. 20–21).

Ku autentycznej egzystencji
Omawiana koncepcja filozofii jest obecna w myśli Ojców Kościoła, co także podkreślał Hadot. Widać to na przykładzie tekstów św. Augustyna (354–430), który chociażby w dialogu *O porządku* pokazywał swojemu rozmówcy, Licencjuszowi, istotę prawdziwego nawrócenia i zmiany kierunku życia w formie ciągu pytań retorycznych:

„Skąd bowiem wznosi się nasza modlitwa do Boga, aby nas wydobył, nawrócił i ukazał nam swe oblicze, jeśli właśnie nie z owego błota, brudu cielesnego, z ciemności, w które zepchnął nas grzech? Czyż nawrócenie nie znaczy właśnie podnieść się wewnątrz siebie przez opanowanie błędów, w cnocie i umiarkowaniu? Czyż oblicze Boże jest czym innym, niż właśnie samą prawdą,

do której wzdychamy i której, umiłowanej przez nas, oddajemy się czysti i piękni? (Augustyn 1999, I, VIII, 23, s. 172).

Augustyn w sposób niezwykle dojmujący doświadczył owej nieautentycznej egzystencji wywołanej przez fałszywe przekonania, prowadzące do zniewolenia przez cielesne przyzwyczajenia. Jedyną drogą wyzwolenia było skierowanie się ku własnemu wnętrzu i odkrycie tam Tego, który jest bliższy człowiekowi niż on sam sobie. Szczególnym „narzędziem” tego powrotu była dla Augustyna recytacja Psalmów. One właśnie pełniły funkcję maksym, reguł, które zawsze są dostępne „pod ręką”, aby właściwie pokierować uwagą i skupić ją na chwili obecnej i poprowadzić dalej. W *Wyznaniach* Augustyn stwierdza:

„Dlatego tak żarliwie wołałem czytając te słowa [tj. słowa Psalmów] w tekście, a rozpoznając ich treść w głębi własnej duszy. Już nie chciałem deszczu rozlicznych dóbr ziemskich, wśród których pożerałbym czas, a mnie pożerałaby doczesność. W wieczności, tylko w wieczności inne miałem zboże, wino i oliwę (Augustyn 2002, IX, 4, s. 232).

To psalmiczne narzędzie inspiruje Augustyna do powrotu do własnego wnętrza i do skupienia całej uwagi na chwili obecnej, która jako jedyna jest człowiekowi dana:

„Z tego, co się rzekło, wynika najwyraźniej, że ani przyszłość, ani przeszłość nie istnieje. [...] Może ściślej byłoby takie ujęcie, że istnieją następujące trzy dziedziny czasu: obecność rzeczy teraźniejszych, obecność rzeczy przyszłych. Jakies tego rodzaju trzy dziedziny istnieją w duszy; ale gdzie indziej ich nie widzimy (Augustyn 2002, XI, 20, s. 330).

Skupienie całej uwagi na chwili obecnej, na tym, co przeżywamy tu i teraz jest jednym z fundamentalnych elementów ćwiczenia duchowego, bo pozwala „odkryć nieskończoną wartość, niewiarygodny cud naszej obecności w świecie. Skupienie na chwili bieżącej rzeczywiście powoduje zawieszenie naszych planów na przyszłość, inaczej mówiąc, implikuje myślenie o chwili obecnej jako o ostatniej chwili, sprawa, że każdy dzień, każdą godzinę przeżywamy tak, jakby były ostatnimi” (Hadot 2019, s. 331).

Oddać siebie sobie

Św. Piotr Damiani (1007–1072) uważał, że takim miejscem, gdzie najlepiej realizuje się to ćwiczenie duchowe skupiające wszystkie siły ludzkiego ducha, aby zmienić ich ukierunkowanie i wzmocnić, jest cela mnisza. Pisał:

„Szczęśliwy, powiadam, jarmark, gdzie na sprzedaż wystawione jest życie wieczne i aby je nabyć, wystarczy jedynie to, co się posiada, nawet gdyby to było coś małego [...]. O celu, przedziwna szkoła ćwiczeń duchowych, w której bez wątpienia dusza ludzka odnawia w sobie obraz swego Stwórcy i powraca do swej pierwotnej czystości! Tam oślepiałe umysły odzyskują swą wnikliwą bystrość i skażona natura swą prząsną prostotę. [...] Ty sprawiasz, że człowiek, osadzony w duchowej twierdzy, może spoglądać z góry na wszystkie przemijające ziemskie sprawy i rozumieć, że sam też uczestniczy w tym nurcie przemijających rzeczy (Damiani 2018, List 28, s. 209).

Tylko powracając do „duchowej twierdzy” człowiek, który jest mikrokosmosem, to jest małym światem składającym się z tych samych żywiołów, co wszechświat, może odzyskać samego siebie (por. tamże, s. 194).

W podobnym duchu św. Bernard z Clairvaux (1091–1153) pisał do swego

ucznia i dawnego współbrata, papieża Eugeniusza III, dedykując mu swoje dziełko *O rozważaniu* i ostrzegając przed zgubnymi skutkami pochłonięcia przez nadmiar zajęć. Bernard zwracał jego uwagę na fakt, że oddając swój czas i siebie samego innym, może stać się „obcy” dla siebie samego.

„Dlatego więc staraj się – nie mówię: zawsze, często, lecz przynajmniej czasami – oddać siebie sobie. Posłuż się sobą na równi z innymi albo przynajmniej po innych, którzy się tobą posługują (Bernard z Clairvaux 2000, I, s. 132).

Już filozofowie starożytni zwracali uwagę na kluczową rolę medytacji w procesie powrotu do siebie samego, co u Ojców Kościoła przybrało formę opozycji pomiędzy życiem czynnym i kontemplacyjnym. Bernard zachęcał więc ucznia, by „nie oddawał się cały i bezustannie aktywności, lecz przynajmniej część czasu, serca i swej osoby przeznaczył na rozważanie”. Nieco dalej zapytuje:

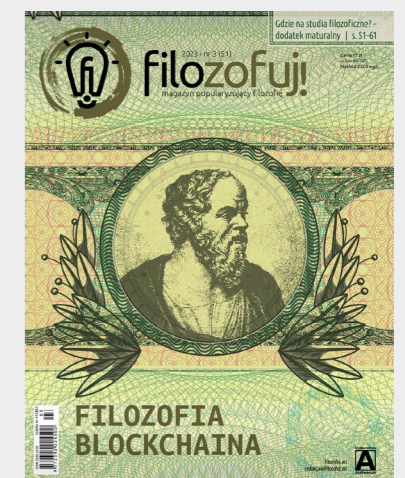
„Cóż zresztą może być bardziej pożyteczne od tego właśnie ćwiczenia, które przez pewnego rodzaju zbawienne wyprzedzenie wchodzi w zakres samego działania, przewiduje to działanie i porządkuje wszystko, co ma być wykonane? [...] Rozważanie przede wszystkim oczyszcza samo swoje źródło, to znaczy umysł. Z kolei normuje uczucia, kieruje czynami, usuwa nadużycia, kształtuje obyczaje, porządkuje życie, czyni je dobrym i uczciwym. W końcu daje człowiekowi wiedzę o rzeczach Boskich i ludzkich (tamże, s. 135).

Dla starożytnych to właśnie – wiedza o rzeczach ludzkich i Boskich – było samą istotą filozofii.

Nas, współczesnych, pouczał o tej drodze Sándor Márai, gdy w *Księdze ziół* napominał:

„Uważaj, aby w życiu i w pracy nie uwiodły cię komunał i błahostka, możliwości rozwiązań łatwych i przyjemnych. Zawsze trafi się szansa, która rozwiąże napięcie koniecznego wysiłku, wskaże boczne wyjście, zaoferuje tańszą możliwość. Mów o tym, co istotne, pisz to, co istotne, działaj konstruktywnie. To zawsze jest trudniejsze i wymaga więcej życiowej energii – ale w tym samym czasie, kiedy zdecydujesz się oddać swoje istotne siły sytuacji lub pracy, zrozumiesz, że było to rozwiązanie prostsze, ba, jedyne i idealne. [...] Kiedy wybierasz boczne wyjście, marnujesz czas i siebie. To, co istotne, zawsze jest tańsze, pożyteczniejsze, skuteczniejsze. Żyj ekonomicznie, twórz oszczędnie, całą swoją energię kieruj tylko na to, co istotne, i na nic innego (tłum. F. Netz, Warszawa 2009, s. 125).

Najnowszy numer



Tu nas znajdziesz

