

www.vulkani.rs
office@vulkani.rs

Naziv originala:

David Fideler

BREAKFAST WITH SENECA: A STOIC GUIDE TO THE
ART OF LIVING

Copyright © 2022 by David Fideler. All rights reserved.

Originally published as Breakfast with Seneca in New York (W. W. Norton &
Company, 2022)

Translation Copyright © 2023 za srpsko izdanje Vulkan izdavaštvo

ISBN 978-86-10-04917-6



Ova knjiga štampana je na prirodnom recikliranom papiru od drveća koje raste u održivim šumama. Proces proizvodnje u potpunosti je u skladu sa svim važećim propisima Ministarstva životne sredine i prostornog planiranja Republike Srbije.

Dejvid Fajdler

Doručak
sa
Senekom

Stoički vodič za umeće življenja

Prevela Zvezdana Šelmić

VULKAN
IZDAVAŠTVO

Beograd, 2023.

Mom sinu Bendžaminu – malo mudrosti da ga sačeka

Radim ovo za buduće naraštaje, zapisujem ideje koje bi im mogle koristiti.

Seneka, *Pisma* 8.2

SADRŽAJ

<i>Predgovor</i>	11
UVOD: Život zaista vreden življenja	15
1. Izgubljena umetnost prijateljstva	29
2. Cenite svoje vreme, ne odlašajte življenje	45
3. Kako prevazići brige i strepnje	57
4. Problem s besom	69
5. Kuda god pošli, tu ste: ne možete pobeći od sebe	85
6. Kako ukrotiti nedaće	93
7. Zašto nikad ne treba gundati	107
8. Borba protiv Fortune: Kako preživeti siromaštvo i veliko bogatstvo	117
9. Opaka gomila i čvrste veze	131
10. Kako biti dosledan sebi i doprinositi zajednici	149
11. Živeti ispunjeno bez obzira na smrt	163
12. Ne izbegavajte tugu	179
13. Ljubav i zahvalnost	187
14. Sloboda, spokoj i trajna radost	201

Dejvid Fajdler

<i>Zahvalnice</i>	209
<i>Dodatak: Stoičke filozofske vežbe</i>	211
<i>Za dalje čitanje</i>	215
<i>Senekina filozofska dela</i>	217
<i>Bibliografija citiranih dela</i>	219
<i>Napomene</i>	229
<i>O autoru</i>	255

PREDGOVOR

Moj odnos prema Seneki i njegovim delima promenio se sa dolaskom krize.

Sedeo sam u kancelariji kad mi je stigao mejl od drage prijateljice. Otvorio sam ga očekujući nešto prijatno, ali tekst je vrištao na mene. Napisala je samo nekoliko trenutaka ranije: „Upravo sam popila pola bočice pilula za spavanje. Žao mi je zbog bola koji sam ti nanela tokom života.“

To je bila celokupna poruka.

Sledio sam se od neverice i pročitao sam mejl još dva puta da se uverim.

Sledećeg trenutka sam, obuzet neizrecivim bolom, uskočio u auto, odjurio do njenog stana i odvezao je u urgentni centar. Ostala je u bolnici nekoliko dana, a potom je prebačena na psihijatriju. Čim je tamo stigla, počela je da me moli da joj pomognem da izađe. To je bio tek početak njenih muka, a ja sam u osnovi bio jedini koga je imala da joj pomogne.

Naravno, i meni je bilo teško. Bili smo zaljubljeni. Bukvalno sam se osećao kao da se moj svet raspada. Ona je tog dana mogla umreti. Srećom nije. A ipak, bio sam potpuno ophrvan žestokim emocijama i očajanjem koje sam tada osetio. Prosto kao da se i moj život okončava: ne fizički, već emotivno.

Srećom, imao sam dobrog prijatelja koji me je posećivao jednom nedeljno. Neko vreme sam išao i kod terapeuta. Ali najviše mi je pomoglo to što sam započeo svakog dana da čitam dela i pisma Lucija

Aneja Seneke (oko 4. p. n. e. – 65. n. e.), u želji da povratim psihičku i emotivnu ravnotežu. Seneka me je zanimao i pre nego što se ovo desilo, ali je posle krize za mene postao neka vrsta leka.

Možda to i nije slučajno, jer su neka od Senekinih najpoznatijih dela dugačka pisma utehe, namenjena konkretnim prijateljima, u kojima se govori kako mogu da prevaziđu bol koji osećaju. U svakom slučaju, uspelo je. S vremenom je Senekin mudar i smiren glas uspeo da mi pomogne da povratim osećanje da sam normalno ljudsko biće. Takođe me je doveo u dodir sa izvanrednim misliocem koji je posedovao mnogo dublje i sveobuhvatnije viđenje ljudskog života nego što nam današnje društvo nudi. Otkrio sam mudrog učitelja i pratioca, koji mi nudi neprekidni tok pouzdanih i praktičnih saveta o ljudskom životu, ljudskoj psihologiji i o tome kako da vodim srećan i bogat život.

U Senekinim delima otkrio sam i da se ljudska priroda nije značajno promenila u poslednjih dve hiljade godina, a upravo zbog toga sve što on ima da kaže i dalje je vrlo savremeno. Oholost, pohlepa, ambicija, želja za bogatstvom i raspomamljeno trošenje – aspekti rimske elite, dekadentnog društva koje je Seneka detaljno opisivao – i dalje su i te kako prisutni među nama.

Ali naspram tih negativnih aspekata ljudskog ponašanja, Seneka uči svoje čitaoce kako da prevaziđu brigu i strepnju; kako da vode dobar život bez obzira na uslove u kojima žive; kako da žive sa ciljem i da gaje izvanrednost; kako da doprinose društvu; i kako da prevaziđu bol i najrazličitije prepreke koje mogu (i svakako hoće) da im se nađu na putu.

Posle tog prvog čitanja Seneke stalno sam mu se vraćao. Uvek je bilo nečeg da se podsetim, nečeg što mogu dublje da razumem. A tu je i još jedna dimenzija Senekinih dela: on ima možda najbolji stil pisanja svih vremena, jer izražava svoje misli pitkim jezgrovitim rečenicama kao što je: „Naš nedostatak samopouzdanja ne potiče od teškoća; teškoće potiču od nedostatka samopouzdanja“.¹ I Ralf Valdo Emerson je voleo da čita Seneku, i čak se ugledao na njegov stil.

Doručak sa Senekom

* * *

Najpre sam uzimao da čitam Seneku čim se probudim, uz jutarnju kafu.

Pre deset godina preselio sam se u prekrasni grad po imenu Sarajevo na jugoistoku Evrope i tu živim sa ženom i sinom. Naravno, poveo sam sa sobom u avanturu i Seneku, i kad sam se smestio u novom mestu, stekao sam novu naviku. Posle obavljanja jutarnjih poslova, odšetao bih niz brdo i čitao Seneku tokom doručka, tik kraj drevnih rimskih natpisa koji se čuvaju u lokalnom muzeju.

I tako sada, kad god je moguće, kad imam idealno jutro, izlazim da doručujem sa Senekom – otuda naslov ove knjige. Pošto odvedem sina u školu i odem u teretanu, naručujem kafu sa mlekom i sedam za sto u hotelu *Central*, veličanstvenoj zgradi iz austrougarskih vremena. Onda izvlačim e-čitač sa kompletnim Senekinim pismima i drugim delima i naručujem omlet. To je moj najdraži jutarnji ritual. Niko nema pojma šta čitam, a pogotovo ne znaju da skoro uvek čitam istog pisca, ali obično pročitam jedno do dva pisma pre nego što se uputim ka kući.

Seneka je naglašavao kako filozofija i prijateljstvo treba da idu podruku. Tako je napisao: „Prvo obećanje prave filozofije je osećaj bliskosti, saosećanja i zajedništva sa drugima.“² Pošto su Senekina glavna dela pisma i eseji, namenjeni određenim prijateljima Rimljanima i pisani intimnim i prijemčivim stilom, njegova dela jesu prožeta bliskoću.

Seneka je verovao da je prava filozofija grupni poduhvat – ne nešto što radimo sami, već putovanje na koje idemo sa prijateljima. Zato je i pisao sva ta pisma. Ta ideja proteže se unazad barem do Sokrata, za kojeg su filozofija i dijalog zajednička aktivnost, nešto što se radi sa prijateljima.

Naravno, ne govorim o onome što je filozofija postala u savremenom naučnom svetu, a što je potpuno drugačije. Ali u drevna vremena

filozofija je bila tesno povezana sa prijateljstvom. (Vidi 1. poglavlje *Izgubljena umetnost prijateljstva*.) Bilo bi veoma lepo kad bi i danas mogla da se obnovi ta veza.

Savremenim čitaocima je lako da osećaju bliskost sa Senekom i zbog toga što u nekim pismima govori o detaljima svog ličnog života. Sama pisma, nastala tokom poslednje dve ili tri godine njegovog života, posvećena su praktičnoj filozofiji i tome šta znači voditi dobar život, a Seneka je svom prijatelju Luciliju poveravao mnogo ličnih detalja: kako izgleda biti star, detalje o putovanjima i drugim sekiracijama, kako je umalo umro od napada astme, i kako se suludo ponašaju ljudi u rimskom društvu. (Seneka je spadao među najbogatije i najmoćnije ljude u Rimu, bio je glavni savetnik cara Nerona i video je sve moguće oblike naopakog ponašanja, uključujući i politička ubistva.)

Uprkos veoma velikom zanimanju za stoicizam u današnje vreme, još niko nije napisao knjigu koja bi Senekino učenje objasnila običnom čitaocu, iako njega nazivaju „najubedljivijim i najelegantnijim od svih stoičkih autora“.³ Nadam se da će ova knjiga ispuniti tu prazninu i pružiti pogled iz ptičje perspektive na njegov način razmišljanja. (Seneka je veoma dosledan u razmišljanju, ali njegove ideje o konkretnim temama rasute su na stotinama strana.)

Ova knjiga mogla bi da zadovolji zanimanje nekih čitalaca za Senekinu filozofiju. Za one koji požele da nastave dalje i pređu na čitanje samog Seneke, ili da počnu da doručkuju s njime, neka ovaj vodič posluži kao zgodan pomagač na tom putu.

UVOD

Život zaista vredan življenja

Seneka (oko 4. p. n. e. – 65. n. e.) bio je jedan od najvećih i najučenijih pisaca svog vremena. Kao nevoljni savetnik zlosrećnog režima rimskog cara Nerona, postao je i jedan od najbogatijih ljudi na svetu. Ali razlog što se većina ljudi danas interesuje za Seneku leži u nečem drugom: zato što je pisao o stoičkoj filozofiji, koja je poslednjih godina doživela ogromnu novu popularnost.

Stoička škola nastala je u Atini, oko tri stotine godina pre Senekinih rođenja, ali dela grčkih stoika su uglavnom izgubljena. Sačuvani su samo kratki citati ili odlomci. Zato je Seneka prvi veliki stoički autor čija su filozofska dela stigla do nas u gotovo kompletnom obimu. Imao je jedan od najbolje obavještenih i najljubopitljivijih umova svog doba i pokazivao je izvanrednu intelektualnu slobodu i otvorenost u svemu što je pisao. Upravo ta odlika čini ga neobično savremenim.

U ovoj knjizi, koja donosi nove prevode njegovih dela, objašnjavam glavne Senekine ideje i mudra učenja što je jasnije moguće. Ovo je takođe i uvod u stoičku filozofiju u celini, jer je nemoguće potpuno razumeti Senekina razmišljanja ako ne razumemo stoičke ideje na kojima su zasnovana. Da bih dodatno objasnio i naglasio ideje kojih se Seneka držao, citiraću i dva kasnija rimska stoika: Epikteta (oko 50–135. n. e.) i Marka Aurelija (121–180. n. e.).

Dejvid Fajdler

FILOZOFIJA KAO VEŠTINA ŽIVLJENJA:
STOICIZAM I NJEGOVA TRAJNA PRIVLAČNOST

Um bi se radije bavljao nego lećio, pa filozofiju pretvara u razodnu, iako je ona zapravo lek.

Seneka, *Pisma* 117.33

Pre nego što počnemo da istražujemo stoicizam, moramo da razjasnimo jednu popularnu zabludu. Stoicizam nema nikakve veze sa geslom „stegni zube pa trpi“ ili sa „suzbijanjem emocija“, za šta svi znaju da je nezdravo. Seneka jeste bio filozof stoik, ali važno je shvatiti da se tokom vekova značenje izraza stoik potpuno promenilo: reč stoik danas nema nikakve veze sa stoicizmom iz antičkog sveta. Savremena reč *stoički* znači *suzbijajući sve emocije*, a drevni stoici nikada nisu preporučivali ništa slično. Kao i svi drugi ljudi, stoički filozofi nisu imali problema sa normalnim i zdravim osećanjima kao što su ljubav i naklonost. Prema rečima filozofa Epikteta, stoik ne treba da bude „bezosećajan kao kip“. Upravo suprotno, stoici su razvili „terapiju strasti“ kako bi sprečili ekstremne, nasilne i negativne emocije, koje mogu da zavladaju nečijim karakterom, kao što su bes, strah i strepnja. Umesto suzbijanja ovih negativnih emocija, njihov cilj bio je da ih transformišu putem razumevanja.

Neke značajne stoičke ideje potiču još od grčkog filozofa Sokrata (oko 470–399. p. n. e.), koji je rekao: „Neistražen život nije vredan življenja.“ Drugim rečima, „spoznaj sebe“: poznavanje sebe je neophodno da bismo vodili srećan život. Sokrat je takođe rekao, isto kao što je gimnastika osmišljena da nam održi telo zdravim, da tako mora postojati i neka veština koja će se starati za zdravlje naše duše. Sokrat toj veštini nije dao ime, ali se jasno podrazumeva da je posao filozofije i filozofa da se „staraju za dušu“.⁴

Te dve ideje – da je znanje ključno za sreću i vođenje dobrog života, i da je filozofija neka vrsta terapije za dušu – predstavljaju osnovni

temelj na kome je zasnovan stoicizam. Stoicizam kao škola nastao je u Atini oko 300 godina pre naše ere, kada je filozof Zenon iz Kitiona (oko 334 – oko 262. p. n. e.) držao predavanja na Stoi pekile (*Stoa Poikile*) ili Oslikanom tremu – po kojoj je škola dobila ime.⁵

Slično kao drugi filozofi iz tog vremena, stoici su se intenzivno bavili pitanjem: „Šta je potrebno da bi se živio najbolji mogući život?“ Ako ljudi uspeju da odgovore na to pitanje, verovali su, moći će da napreduju i vode srećan i spokojan život – čak i ako svet deluje suludo i van kontrole. To je stoicizam pretvorilo u izuzetno praktičnu filozofiju, a objašnjava i njegovu popularnost danas, jer naše vreme – u društvenom, političkom, ekonomskom i ekološkom pogledu – takođe deluje ljudima kao da je suludo i van kontrole.

Čak i kada izgleda da je svet poludeo, stoici su poučavali da možemo voditi sadržajan, produktivan i srećan život. Štaviše, čak i kad se suočimo sa nedaćama, naši životi i dalje mogu biti spokojni i puni psihičke stalozenosti. Upravo zbog tog snažnog naglašavanja ideje da se živi dobar, smislen i spokojan život, rimski stoicizam je postao popularna filozofska škola u vreme Seneke, Epikteta i Marka Aurelija, i zato je popularan i danas, u vremena koja nisu ništa manje stresna.

Ovo naglašavanje dobrog života odvajja stoicizam od današnje akademske filozofije, koja je odustala od tih praktičnih pitanja u korist apstraktnih teoretskih razmatranja, koja uglavnom nemaju mnogo smisla ljudima izvan filozofske kule od slonovače. Ali kao što je rekao antički filozof Epikur (340–270. p. n. e.):

Prazan je filozofski argument koji ne donosi pomoć čoveku koji pati. Jer baš kao što nema smisla u veštini lečenja koja ne izgoni bolest iz tela, tako nema smisla ni u filozofiji, osim ako ne izgoni patnju iz duše.⁶

Stoici su takođe smatrali filozofiju načinom da se leče bolesti duše. Smatrali su da ima sličnosti sa veštinom medicine, pa su filozofa čak

zvali lekarem duše. Stoici su filozofiju nazivali veštinom življenja, a Seneka je svoja učenja opisao kao „načine lečenja“. Smatrao je da su ta lečenja od koristi u lečenju njegovih boljki i želeo je da ih podeli i sa drugima, pa i sa budućim naraštajima.⁷

OSAM OSNOVNIH UČENJA RIMSKOG STOICIZMA

Stoički filozofi su, sasvim očekivano, imali različite ideje o mnogim pitanjima, ali postoji nekoliko osnovnih tačaka oko kojih su se svi rimski stoici slagali. To ih je i činilo stoicima, a ne pripadnicima neke druge filozofske škole. Te osnovne ideje stoicizma postoje i u Senekinim delima, a većina potiče još od najranijih grčkih stoika.

U narednim poglavljima ćemo detaljnije proučiti te ideje, ali sada ću ih ukratko pomenuti da biste videli šta vas čeka. (I kad smo već kod toga, ako biste radije da ih upoznate kasnije, slobodno preskočite ovaj deo i pređite na sledeći podnaslov u ovom uvodu.)

1

„Živi u skladu sa prirodom“ da pronađeš sreću.

Kao i mnogi mislioci pre i posle njih, stoici su verovali da racionalnost postoji u prirodi. To možemo videti u prirodnim sistemima, procesima i zakonima prirode, koji omogućavaju da priroda izvanredno funkcioniše. Pošto su ljudska bića deo prirode, i mi smo u stanju da budemo racionalni i izvanredni. Prema Zenonu iz Kitiona, osnivaču stoicizma, ako „živimo u skladu sa prirodom“, naši životi će „glatko teći“. (Naravno, teško je zamisliti srećan život ako se stalno borite protiv prirode.) Život u skladu sa prirodom za stoike ima mnogo značenja, ali najvažnije je da svi treba da se trudimo, kao ljudska bića, da razvijemo u sebi racionalnost i izvanrednost.

Doručak sa Senekom

2

*Vrlina, ili izvanrednost karaktera,
jeste jedino pravo dobro.*

Ovo ima nekoliko dimenzija, a zasad ću pomenuti samo jednu: ako nemate ovu unutrašnju dobrotu, nećete biti u stanju ništa da činite na dobar način, na korist sebi ili drugima.

Na primer, stoici su smatrali da novac nije dobar sam po sebi, jer može da se koristi i na dobar i na loš način. Ako posedujete mudrost i umerenost, što su vrline, verovatno ćete koristiti novac na dobar način. Ali ako neko ko nema mudrosti ni umerenosti spiska preko vikenda hiljade dolara na drogu i druge poroke, malo ko će smatrati da je to dobro ili zdravo – niti da je novac dobro iskorišćen. Prema Senekininim rečima, „Vrlina sama po sebi“, ili izvanrednost karaktera, „jedinog je stvarno dobro, jer bez nje nema ničega dobrog.“⁸

Ono što vrlinu, kao što je pravednost ili poštenje, čini istinski dobrom jeste to što je uvek i dosledno dobra. Za razliku od nje, neke druge stvari mogu se koristiti dobro ili loše. One nisu obavezno niti dosledno dobre.

3

*Nešto zavisi od nas, pa je potpuno
pod našom kontrolom, a nešto nije.*

Za stoike jedino što je potpuno pod našom kontrolom jesu naše unutrašnje moći procenjivanja, mišljenja i odlučivanja, naša volja i način na koji tumačimo ono što iskusimo.

Da bismo smanjili emotivnu patnju, osoba mora da se usmeri na ono što je pod njenom kontrolom, a da se u isto vreme trudi da stvori bolji život i bolji svet za druge. (O ovome ćemo više govoriti u 6.

Dejvid Fajdler

poglavljju *Kako ukrotiti nedaće*, i 8. poglavljju *Bitka protiv Fortune: Kako preživeti siromaštvo i ekstremno bogatstvo*.)

4

Ne možemo da kontrolišemo ono što nam se dešava u spoljašnjem svetu, ali možemo da kontrolišemo svoje unutrašnje procene i način na koji reagujemo na događaje u životu.

Ovo je veoma značajno za stoike, jer ekstremne negativne emocije proističu iz pogrešnih procena ili stavova. Ali ako razumemo i ispravimo pogrešno tumačenje tako što ćemo drugačije posmatrati stvari, moći ćemo da se oslobodimo i negativnih emocija. (Vidi 3. poglavljje *Kako prevazići brige i strepnje* i 4. poglavljje *Problem s besom*.)

5

Kada se desi nešto negativno, ili kada nas snađu nevolje, ne treba da budemo iznenađeni, već to treba da posmatramo kao priliku da stvorimo bolju situaciju.

Za stoike svaki problem ili nevolja na koje naiđemo predstavljaju priliku da testiramo i razvijamo svoj unutrašnji karakter. Ako verujemo da nikada nećemo imati lošu sreću, to je potpuno nerealno. Zato treba aktivno da očekujemo povremene sitne nezgode, a ponekad i velike. (Vidi 6. poglavljje *Kako ukrotiti nedaće*.)

6

Vrlina, ili posedovanje izvanrednog karaktera, sama je po sebi nagrada. Ali to takođe dovodi i do eudemonije ili sreće. To je stanje mentalnog spokoja i unutrašnje radosti.