

SÁRKÁNY PÉTER

A boldogító szemlélődés értelme

Pierre Hadot lelki gyakorlatai

Pierre Hadot az ókori filozófia lelki gyakorlatainak vizsgálatát nem kizárólag filológiai és filozófiatörténeti szempontból tartja fontosnak.¹ Meg van győződve arról, hogy a kortárs filozófia számára is relevánsak és kövendők az ókori bölcelet gyakorlatai. Tanulmányom e felfogás időszerűségével foglalkozik.² Az alábbiakban alátámasztandó állításom szerint, a lelki gyakorlatok aktualizálásának konkrét lehetőségeit csak az antik és a modern filozófia egzisztenciális alapjainak összehasonlító elemzésével lehet kimutatni. Ennek ellenére a lelki gyakorlatok időszerűsége legalább két szempontból is vázolható.

A gondolatmenet a következőképpen alakul. Először röviden rekonstruálom Hadot filozófiai programját. Ezt követően az antik és modern megközelítések eltérő vonásaira térek ki. Végül pedig a lelki gyakorlatok kétféle értelmét különítem el.

Hadot programja

Értelmezésem szerint Pierre Hadot filozófiája három egymással összefüggő állításban foglalható össze. Hadot mindenekelőtt leszögezi, hogy a lelki gyakorlat az antik filozófia igazi arca. Ebből

Írásom *A filozófia mint lelki gyakorlat (à la mémoire de Pierre Hadot)* című konferencián elhangzott előadás átdolgozott verziója (PPKE–BTK, 2011. december 1.).

- 1 Hadot, Pierre: *A lélek iskolája. Lelki gyakorlatok és ókori filozófia*, ford. Cseke Ákos, Kairosz, Budapest, 2010.
- 2 Az antik és a kortárs életművészet kritikus elemzéséhez lásd: Kersting, Wolfgang– Claus Langbehn (szerk.): *Kritik der Lebenskunst*. Suhrkamp, Frankfurt am Main, 2007.

következik a második állítás, hogy a lelkigyakorlatokkal azonosított filozófia története tulajdonképpen hanyatlástörténet. Végül a jelenlegi tanulmány számára lényeges harmadik tézis szerint, az antik lelkigyakorlatok a mai filozófia számára is relevánsak.

a) *A lelkigyakorlat az antik filozófia igazi arca.* Hadot filozófiáját ez a következetesen érvényesített nézőpont határozza meg.

*Az antikvitásban [...] az igazi filozófia lelkigyakorlat. A filozófiai elméleteket vagy a lelkigyakorlat szolgálatába állították, mint a sztoikusok és az epikureusok, vagy pedig intellektuális gyakorlatok, tehát a szemlélődő élet részévé váltak, amely azonban végső soron maga is lelkigyakorlat volt. A klasszikus filozófiai elméleteket csak akkor tudjuk megérteni, ha figyelembe vesszük azt a konkrét élethelyzetet, mely jelentőséggel ruházta fel őket. Úgy kell olvasnunk az ókor filozófiai műveit, hogy különös figyelmet szentelünk annak az egzisztenciális alapnak, amelyből a dogmatikus építmények megszülettek.*³

Hadot a filozófia igazi alakját az életformaként művelt bölcséletben látja. Mindezt a filozófiai iskolák és a kiemelkedő filozófusok (Szókratész, Epiktétosz, Marcus Aurelius stb.) tanításai igazolják. Hadot számára a filozófia tehát életmód: az ember önmagához és a világhoz fűződő, tudatosan kialakított beállítódása, amely – a tulajdonképpen soha el nem érhető „transzcendens norma” – a bölcsesség elérésére törekszik.⁴ A filozófia a boldogságnak és az életben való boldogulásnak egyaránt forrása. A bölcselő személy vagy közösség, a *gondolkodás meghatározott sémáitól való elfordulás, a meditáció és a természet szemlélődésének lelkigyakorlatain keresztül, eléri a lelki zavartalanság (ataraxia), a belső szabadság (autarkeia) és a kozmikus tudat állapotát.*⁵ A filozófia önnevelés (*paideia*), amelyen keresztül megtanulunk élni, gondolkodni, beszélgetni, olvasni és meghalni, „megtanít bennünket arra, hogy ne az emberi előítéletek és a társadalmi szokások irányítsanak minket, hanem az emberi természetnek, azaz az értelemnek megfelelő életet éljük”.⁶

A szakirodalom egy része megkérdőjelezi a fent röviden összefoglaltakat, hangsúlyozván, hogy a filozófia mint életmód, vagyis annak a kérdése, hogyan éljünk, nem az antik diskurzus központi kérdésfelvetése, hanem annak pusztán periférikus témája.⁷ Ha azonban az antik filozófiát a boldogság vagy az erény fogalmai felől közelítjük meg, akkor közelebb kerülhet az az aspektus, amelyre Hadot felhívja a figyelmet, s amely a klasszikus filozófiai elméletek jobb megértését szolgálja.

3 Uo. 53–54.

4 Vö. uo. 264–265.

5 Uo. 265–266.

6 Uo. 50.

7 Horn, Christoph: *Objektivität, Rationalität, Immunizität, Teleologie: Wie plausibel ist die antike Konzeption einer Lebenskunst?* in Kersting – Langbehn (szerk.), i. m. 119.

b) *A lelkigyakorlatok szempontjából a filozófiatörténet hanyatlás-történetnek tekinthető. Az önformálás iránt elkötelezett filozófiafel-fogás az idők során egyre inkább elhalványul és jelentéktelenné válik. Ezért Hadot a középkorban megjelenő szemléletet okolja, amely a mai filozófiában is makacsul tartja magát.*

A filozófiatörténészek nagy része [...] a mai napig annak a közép-kori eredetű koncepciónak a foglya, amely a filozófiában tiszta elméle-ti konstrukciót lát. A kortárs strukturalista mozgalmak sem készítették őket arra, hogy megváltoztassák az antik filozófiáról alkotott elképzelé-seiket – a lelkigyakorlatokat esetleges és szubjektív mozzanatoknak tekin-tik, mely rosszul illeszkedik bevált értelmezési módjaikhoz.⁸

A kereszténység, hangsúlyozza Hadot, átveszi, beépíti, de je-lentős mértékben át is alakítja ezeket a lelkigyakorlatokat.⁹ Majd az újkorban egyértelműen felerősödik az a folyamat, amely az életmódként értett filozófiát esetlegessége és szubjektivitása mi-att zárójelezi az objektív megismerés nevében. Fontos kiemelni, hogy Hadot szemléletváltási javaslata, miszerint a kutatás össz-pontosítson a mindenkori bölcselő személy alakítását szolgáló lelkigyakorlatokra, nem kizárólag a filozófiatörténet szempont-jából lényeges. Az általa javasolt szemléletváltás is a mai filozófia helyzetére reflektáló lelkigyakorlatnak tekinthető.

c) *Az antik lelkigyakorlatok a kortárs filozófia számára is aktuáli-sak. Hadot alapvetően annak a kérdésnek jár utána, hogy melyek az antik filozófia egzisztenciális alapjai, s ezt szeretné bevonni a mai filozófiai diskurzusba. Ebből a szempontból érdemes ki-emelni a modern filozófia felől igencsak normatívnak és részben anakronisztikusnak ható tézisé, amely szerint az antik lelkigya-korlatok nem pusztán etikai szempontból értelmezhetők.*

Félreismernénk [...] az antik filozófiai gyakorlatok fontosságát és jelentőségét, ha pusztán erkölcsi gyakorlatot látnánk bennük, hiszen ezek a gyakorlatok a világlátás és a létezés metamorfózisát próbálják megvalósítani, ezért nemcsak erkölcsi, hanem egzisztenciális értékkel bírnak. Nem a helyes viselkedés szabályairól van szó, hanem létmódról, a szó legteljesebb értelmében. Ezért a lelkigyakorlat a legjobb elneve-zés: mert olyan gyakorlatokról van szó, amelyek az ember teljes lelki-szellemi valóságát érintik.¹⁰

Tehát az ember teljes lelki-szellemi valósága a tét, amely a lelkigyakorlatok révén a világegyetemmel, a kozmoszsal kerül összhangba. A filozófiai életmód az egyes egyént vagy eseményt mindig az átfogó egész (kozmosz) értelem-összefüggésébe helye-zi. Innen nézve még jobban érthető, hogy Hadot miért érzi szű-kösnek a vele készült egyik interjúbán, ha felfogását kizárólag az etika területére sorolják, és az őt követő Foucault törekvéseivel

8 Uo. 59.

9 Vö. uo. 63–86.

10 Uo. 64.

együtt említik. Hangsúlyozza, hogy őt jobban érdekli „a filozófia kozmikus oldala”, az „óceáni érzés” és azt szeretné, „ha a filozófus inkább a világegyetem, az egészében vett emberiség, a másikként felfogott emberiség oldalán állna”.¹¹

Hadot megközelítése tehát nem az etika diszciplínája alá sorolható és egyfajta alkalmazott etikának tekintendő, hanem magába foglalja a filozófia teljes spektrumát. Így a bölcséleti életmód gyakorlása a metafizika, az ismeretelmélet és az etika művelésének lehetőségi feltétele lesz.

A fent összefoglalt mindhárom szempont (a filozófia mint lelki gyakorlat; a filozófiatörténet hanyatlástörténet; az antik lelki gyakorlatok aktualizálhatók) szorosan összefügg egymással. Egy egységes filozófiai program részei, amely a filozófia természetére vonatkozó koncepciózus öneszmélődésből indul ki, és egy régi-új életbölcséleti filozófiába torkol.

Az aktualizálás nehézségei

Az antik felfogás arra szólít fel, hogy „az emberi természetnek, azaz az értelemnek megfelelő életet éljünk”.¹² Ebből következik, hogy a bölcsességre törekvőnek világos elképzelése van arról, hogy mi az a felesleg, amelytől meg kell szabadulni a megfelelő életmód elérése érdekében.

*A lelki gyakorlatok hatására bölccsé kellene válnunk, ami azt jelenti, hogy teljesen meg kellene szabadulnunk szenvedélyeinktől, és el kellene jutnunk a tökéletes tisztánlátáshoz, a világ és önmagunk megismeréséhez.*¹³

A lelki gyakorlat tehát nem más, mint az objektív egységben és teljességben való részesezés a szenvedély nélküli boldogító szemléletben (*theória*).¹⁴ Éppen ezért meglepő, hogy Hadot szerint a lelki gyakorlatok függetleníthetők az elméleti háttértől. Értelmezésében a lelki gyakorlatokat fel lehet használni a körük épült mitikus vagy filozófiai diskurzusoktól függetlenül is.¹⁵

*Ugyanazt a lelki gyakorlatot több különböző filozófiai elmélettel is alá lehet támasztani, hiszen az elmélet nem más, mint megkésített, ügyetlen kísérlet arra, hogy leírjuk és igazoljuk azokat a belső tapasztalásokat, melyek egzisztenciális ereje teljes mértékben megragadhatatlan a teoretikus elme számára.*¹⁶

Ezzel az állítással Hadot a lelki gyakorlatok egységét és fölényét hirdeti meg a puszta elméleti konstrukciókkal szemben.

11 Uo. 362.

12 Uo. 50.

13 Uo. 51–52.

14 Uo. 47.

15 Uo. 305.

16 Uo.

Viszont arra nem válaszol, hogy saját értelmezése szintén lelki-gyakorlat-e, vagy filozófiatörténeti reflexióból és diskurzusból kiinduló elmélet. Ha lelki-gyakorlatról van szó, akkor szerintem Hadot a modern filozófia egzisztenciális talaján áll, amikor az antik lelki-gyakorlatok jelentőségére hívja fel a figyelmet. Ha pedig egy újabb elmélet lenne, akkor értelemszerűen merül fel a kérdés, hogy Hadot megközelítése mennyiben tekinthető filozófiának. Mindkét szempont mellett lehet érvelni, de a fenti idézetből szervesen következik, hogy a filozófiai életmód csak abban az esetben aktualizálható, ha számba vesszük a filozófiai lelki-gyakorlatokról szóló elméleteket, ugyanis csak ezek függetleníthetők az egzisztenciális alapoktól. Úgy tűnik, hogy Hadot a szemléletváltás első lépéseként a filozófiai gondolkodás egy jól meghatározott sémájától történő elfordulást követeli meg. Szándéka tehát nem pusztán történeti indíttatású, hanem módszertani jellegű. Az antik és modern filozófia sommás összehasonlításakor egyértelműen tetten érhető a francia filozófus vonzódása az antik filozófia normatív aspektusai iránt. Fontos értéknek tarja az ókori bölcsélet által nyújtott konkrét életmodelleket, amelyhez képest „a modern filozófia beéri azzal, hogy létrehozson egy olyan nyelvet, amit csak a szakértők értenek”.¹⁷ Számára egyetemes életmodell a „kozmosz dimenziójú” filozófia, konkrétan a gyakorló bölcs életmódja, aki a vágyaitól elvakított köznapi emberhez viszonyítva „folyamatosan a Teljesség nevében él, egyetemes szemszögből cselekszik és gondolkodik”.¹⁸

Mivel Hadot nagyon kevés szót ejt a lelki-gyakorlatok aktualizálásának konkrét lépéseiről, Christoph Horn egyik tanulmányára támaszkodva fontosnak tartom rögzíteni azokat az antik filozófiára jellemző sajátosságokat, amelyek megnehezítik a lelki-gyakorlatok érvényesítését a mai filozófiában. Ezek kivétel nélkül normatív előfeltételezések, amelyekről a modern filozófia folyamatosan szabadulni szeretne.¹⁹ Közismert sajátosság például, hogy az antik filozófia autonóm önkonstitúcióban gondolkodik, tehát pszichológiai-aszketikus gyakorlatokat űz, amelyek segítségével egy meghatározott látásmód vagy morális és intellektuális cél érhető el. Ez az önátalakítás sajátos gyakorlata, amely nem választható el a családi és gazdasági-politikai környezettől. Az autonóm önátalakítás mindig adott szociális közegben zajlik, amelyhez igazodni kell. Ráadásul az igazodás jól meghatározott értékelfogáshoz kapcsolódik, amely különbséget tesz lényeges és lényegtelen dolgok, vagy felszínes és igényes beállítódások között. Így az unalom, a szétszórtság, a becsvágy, a karrierizmus nem kívánatos beállítódások, az egyszerűség, a szerénység, a barátság, a kiegyensúlyozottság stb. pedig kifejezetten szándékolt beállítódások.²⁰ Ezt átítatja az a meggyőződés, hogy az ember

17 Uo. 274.

18 Uo. 275.

19 Horn, i. m. 120–128.

20 Uo.

képes a magasabb rendű beállítódási formákat racionálisan felismerni, választani, és ezáltal saját jellemét alakítani.²¹ Mindehhez ráadásul egy tartalmában semleges boldogságfelfogás is társul, amely lehetővé teszi a különböző filozófiai iskoláknak, hogy a kívánt magasabb rendű beállítódást eltérő úton ériék el. Horn szerint tehát az antik bölcelet objektív, racionális és teleológiai jellege miatt idegen számunka.²²

Az antik filozófia általános sajátosságainak számbavétele világosan megmutatja, hogy miért járunk tévúton, ha Hadot felfogásának összehasonlítását a modern életművészeti megközelítésekkel felszínesen végezzük el, és kizárólag az önmegvalósítás és önnevelés általános fogalmaira támaszkodunk.²³ Például Hadotnak azt a mondatát, miszerint „a cél minden filozófiai iskolában ugyanaz: a jobbá válás, az önmegvalósítás”, nem vehetjük szó szerint.²⁴ Nyilvánvaló, hogy az antik lelkigyakorlatok és a kortárs életművészeti²⁵ törekvések egyaránt az én tökéletesítésnek elvét érvényesítik, de nem mindegy, hogy mit értünk önmegvalósítás, önnevelés, önformálás alatt, és azt milyen úton kívánjuk elérni. Véleményem szerint az antik filozófia lelkigyakorlatinak aktualizálása, azért problematikus, mert a kiváló francia filozófus vizsgálódásai során az antik elméletek egzisztenciális vonatkozásait elemzi, és keveset elmélkedik arról, hogy ezekben különbözik a modern filozófia helyzetétől. Ezért az antik és a modern filozófia egzisztenciális alapjainak részletező összevetése mindenképp fontos előfeltétele lenne a különféle lelkigyakorlatok konkrét aktualizálásának. Az antik filozófia életet modellező törekvései tehát azért nem alkalmazhatóak minden további nélkül, mert a lelkigyakorlatok, főleg Hadot értelmezésben, erőteljesen normatívak és figyelmen kívül hagyják a modern gondolkodás sajátosságait.

*A filozófus spekulatív és kontemplatív tevékenysége lelkigyakorlatta válik, amennyiben a Teljesség nevében megszabadítja gondolatait az individualitással járó illúzióktól.*²⁶

A modern filozófiában viszont a boldogság és az életben való boldogulás lehetősége éppen az individualitás valóságának elemzésével és kibontakozási alternatíváinak vázolásával valósul meg (Nietzsche, Kierkegaard, Sartre, Jaspers). Innen nézve érthető, hogy Hadot miért tekintett szkeptikusan Foucault filozófiájára, aki szerinte az önkultúra fogalmával túlságosan „az ember

21 Uo.

22 Uo.

23 Az „életbölcselet” és „életművészet” fogalmainak különbségeire a jelenlegi tanulmányban nem térek ki, de jelzem, hogy használatuk a kortárs filozófiában eleve távolságtartást jelez a „lelkigyakorlat” Hadot által képviselt értelmétől.

24 Hadot, i. m. 49.

25 Az életművészet filozófiájának rövid összefoglalásához lásd: Fellmann, Ferdinand: *Philosophie der Lebenskunst. Zur Einführung*, Junius, Hamburg, 2009.

26 Uo. 42–43.

önmagához való megtérésére” helyezi hangsúlyt.²⁷ Hadot som-
más ítélete azonban, mely szerint Foucault filozófiája nem lenne
más, mint a dandizmus 21. századi formája, elhamarkodott, hi-
szen figyelmen kívül hagyja annak eredeti geneológiai kérdéssel-
vetését (hogyan lettünk azzá, akik vagyunk?), és általában kor-
társ filozófia egzisztenciális kihívásait. Ennek a félreértésnek a
legfontosabb tanulsága, hogy az Hadot által vázolt és aktualizál-
ni kívánt filozófiai életmód egy a sok lehetséges életforma közül.
A modern filozófia ugyanis az „életmodellek” sajátos egyvelege,
amelyben tetten érhetők az antik, a középkori, a kartézianus és
a különféle tudományos megközelítések önismeretsémái. Össze-
foglalásul megállapítható, hogy a filozófia olyan lelkigyakorlat-
nak tekinthető, amelyben korszakonként máshová helyeződik a
hangsúly. A kartézianus lelkigyakorlat tiszta gondolkodásként
az antik megközelítéshez hasonlatosan a konvencióktól, a szo-
kásoktól, az álmoktól és a testiségtől kíván megszabadulni, de
az önmagunkhoz való viszonyulás minden olyan formáját lené-
zi, amely nem a „független” tudományeszmé gyakorlatát követi.
A mai életbölcseleti filozófiák jelentős része pedig egyértelmű-
en a tudományos önismeret paradigmáját is hátrahagyta, és már
nem a „valósítsd meg értelmes önmagad”, hanem a „találd ki”,
„konstruáld meg önmagad” maximája alapján gondolkodik.²⁸

A lelkigyakorlatok értelme

A fenti kritika ellenére kétségtelen, hogy Hadot elemzéseit jelen-
tős mértékben hozzájárulnak az életmódként művelt filozófia el-
méleti és gyakorlati értelmének összegzéséhez. Az alábbiakban,
Odo Marquard egyik javaslatából kiindulva, különbséget tesz-
ek a lelkigyakorlat érthetőséggel társított és boldogsággal társít-
ott értelme között.²⁹ Az érthetőséggel társított értelemfogalom
szerint „értelme annak van, ami érthető”.³⁰ Ennek megfelelően
Hadot lelkigyakorlat-bölcseletének lényege abban áll, hogy ki-
váló értelmezési keretet nyújt az antik és modern filozófia jobb
megértéséhez. A hagyományosan bevett etikai megközelítés
mellett rögzíti az életbölcseleti/életművészeti filozófia minden-
kori nézőpontját és horizontját. A mai filozófiában a „bölcse-
szeretete” fordulat elsősorban az ismeret, a tudás iránti törek-

27 Uo. 304.

28 Vö. Schmid, Wilhelm: *Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung*. Suhrkamp, Frankfurt am Main, 1998; Sárkány Péter: *A filozófiai életformától az életművészet filozófiájáig. Életbölcseleti és életművészeti törekvések a kortárs filozófiában*, in Bakos Gergely OSB (szerk.): *Teória és praxis között, avagy a filozófia gyakorlati arcáról*, L'Harmattan Kiadó – Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskola, Budapest, 2011, 175–186.

29 Vö. Marquard, Odo: *Az értelem reményének fogyókúrája. Filozófiai észrevételek*, in uő.: *Az egyetemes történelem és más mesék*, ford. Mesterházi Miklós, Atlantisz, Budapest, 2001, 297–318.

30 Uo. 299.

vést fedí le, és a tudományos értekezés műfajában nyer megfogalmazást. Az életmódként értett filozófia nézőpontja viszont komolyan veszi a bölcsességnek azt a megközelítését, amelyet a hétköznapi tudat egy konkrét személy képességhez köt: az tekinthető bölcsnek, aki átlát és uralni képes egy meghatározott helyzetet, és ezzel kapcsolatban másoknak is útmutatást tud nyújtani. E képesség (erény) személy-, közösség-, és szituációfüggő elsajátítása és gyakorlása az életbölcseleti filozófia alapvető témája. A filozófiai életmódot gyakorló bölcselő az igazság akarását a konkrét személyiség és közösség összefüggésében látja.³¹ Kérdésfelvetése nem a tudományos igazolhatóság kritériumaira, hanem egy személy vagy egy közösség hitelességének feltételeire vonatkozik. A filozófia sajátos nézőpontjáról van szó, amely ráadásul a fent említett értelmezési kereten túl, az elemző–szemlélődő filozófus és filozófiatörténész számára egy másik elméleti feladatkört, értelemlehetőséget is kijelöl: a különféle korszakokban megszületett életbölcseleti és életművészeti filozófiákat leírhatja és tipologizálhatja.

A boldogsággal társított értelemfogalom szerint értelme annak van, ami kiteljesít és boldoggá tesz.³² Ebből a szempontból Hadot vizsgálódásai lehetőséget kínálnak a vallási és a filozófiai lelkigyakorlatok közötti összefüggések elemzésére. A napi rutintól, a hétköznapi és szakmai értelem-összefüggésektől elfordulni vágyó ember, amikor egy meghatározott felekezeti elkötelezettségű lelkigyakorlaton vesz részt, egyfajta „híd” építésébe kezd, amely számos vonatkozásban az antik és a modern lelkigyakorlatok nézőpontjainak összekapcsolását követeli meg. A boldogító szemlélődés életet alakító értelme arra figyelmeztet, hogy a boldogság (vagy a mai nyelvhasználatban az értelem) keresése, megtalálása és megvalósítása nem a boldogság elvont fogalmaiban, hanem a valóság háttere előtt feltűnő konkrét és számtalan esetben szenvedéssel társított boldogság lehetőségekben bontakozhat ki.³³ Ezért a modern filozófiai lelkigyakorlatok legalább két utat szükségszerűen bejárnak: hol a boldogság általános vagy éppen konkrét értelemét keresik, máskor pedig – a körülményekhez igazodva – éppen ezen értelemek dietetikáját írják elő.³⁴ Az antik és modern szemlélet együttes érvényesítésével még egyszerűbb belátni, hogy mi a lényegi különbség egy tudományos igényű – és csak közvetlen élményértéket nyújtó – filozófiai értekezés és egy, az életmód tudatos alakítására törekvő bölcseleti elmélkedés között.

31 Az életmódként értett bölcselet jelentőségéhez lásd: Gernot Böhme: *Einführung in die Philosophie. Weltweisheit – Lebensform – Wissenschaft*, Shurkamp, Frankfurt am Main, 1994; Sárkány Péter: *Filozófiai lélegzõgondozás. Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis*, Jel Könyvkiadó, Budapest, 2008.

32 Marquard, i. m. 301.

33 Vö. Viktor E.: *Tudattalan Isten. Pszichoterápia és vallás*, EuroAdvice, Budapest, 2002, 93.

34 Ehhez lásd Marquard konkrét tanácsait: Marquard, i. m.