



Pierre Hadot: les *Meditacions* de Marc  
Aureli com una filosofia educadora de la  
vida

Elm Vila Puig

Tutor del treball: Dr. Oriol Ponsatí-Murlà

Grau en Filosofia. Curs 2023-2024

Perquè, tal com jo l'entenc, la filosofia no és «alguna cosa», no és bàsicament un conjunt de doctrines o un contingut, sinó que és sobretot «una manera de fer».

Josep-Maria Terricabras.

*M'agradaria agrair especialment l'atenció i el suport rebut per part del tutor del treball, el Dr. Oriol Ponsatí-Murlà, atès que ha sigut una gran influència per mi en la meva formació acadèmica. Sense els seus consells aquest treball no hauria estat possible.*

*També vull agrair l'estima rebuda per part dels meus companys i companyes del grau. M'han proporcionat les forces necessàries quan aquestes m'han faltat.*

## **Resum**

La filosofia occidental va aparèixer fa milers d'anys i no ha parat d'evolucionar des de llavors. En aquest treball volem analitzar, doncs, com els filòsofs antics entenien la filosofia com a mode de vida i, per tant, com aquesta no es limitava únicament a l'anàlisi teòrica de conceptes abstractes. Per mostrar tal cosa, procurem explicar l'anàlisi que fa el filòsof Pierre Hadot de l'obra *Meditacions* de Marc Aureli. D'aquesta obra filosòfica, mirem de tractar-ne el text, les bases filosòfiques que hi trobem i, en últim lloc, els seus exercicis espirituals. També aprofitem per veure com de les consideracions que fa Hadot també se'n segueix una idea molt interessant: la filosofia com una educació per a tothom. Així doncs, volem mostrar com la filosofia pot ser concebuda d'una manera diferent de com s'acostuma a concebre avui dia.

**Paraules clau:** filosofia com a mode de vida, Pierre Hadot, Marc Aureli, exercicis espirituals, filosofia com a educació.

## **Abstract**

Western philosophy emerged thousands of years ago and has not stopped evolving since then. In this work, we aim to analyze how ancient philosophers understood philosophy as a way of life and, therefore, how it was not limited only to the theoretical analysis of abstract concepts. To demonstrate this, we strive to explain the analysis that philosopher Pierre Hadot makes of the work of the *Meditations* by Marcus Aurelius. Regarding this philosophical work, we try to address the text of the work, the philosophical foundations we find in it, and finally, its spiritual exercises. We also take the opportunity to see how from the considerations made by Hadot, an interesting idea follows: philosophy as an education for everyone. Thus, we want to show how philosophy can be conceived in a different way from how it is usually conceived today.

**Key-words:** philosophy as a way of life, Pierre Hadot, Marcus Aurelius, spiritual exercises, philosophy as an education.

# Índex

<b>1. Introducció</b>	<b>5</b>
<b>2. Una aproximació al text de les <i>Meditacions</i> de Marc Aureli</b>	<b>7</b>
2.1 La relació de Marc Aureli amb la filosofia	7
2.2 El text de les <i>Meditacions</i>	9
2.3 El gènere literari de les <i>Meditacions</i>	10
<b>3. Les bases filosòfiques de les <i>Meditacions</i></b>	<b>14</b>
3.1 Sobre què tracten les <i>Meditacions</i> ?	14
3.2 L'exposició dels dogmes ( <i>theoremata</i> )	15
3.3 Les regles de vida	19
<b>4. Les <i>Meditacions</i> com a exercicis espirituals de la filosofia antiga</b>	<b>20</b>
4.1 Exercicis de la imaginació	20
4.2 Exercicis d'escriptura	21
4.3 La llengua de les <i>Meditacions</i>	23
4.4 Exercicis de la física	23
4.5 L'aparent pessimisme que trobem en els exercicis espirituals	28
<b>5. El model filosòfic de Marc Aureli com a ensenyança per a la vida</b>	<b>33</b>
5.1 Filosofar és ensenyar a viure	34
5.2 Sòcrates com el mestre per excel·lència	40
<b>6. Conclusió</b>	<b>45</b>
<b>7. Referències bibliogràfiques</b>	<b>47</b>

# 1. Introducció

El present treball vol donar a conèixer, principalment, l'anàlisi que fa el filòsof francès Pierre Hadot (1922-2010) sobre les *Meditacions* de Marc Aureli. No obstant això, s'hi volen tractar altres qüestions relacionades amb l'obra de Marc Aureli. Una d'aquestes qüestions, que més endavant comentarem amb més deteniment, és la proposta de Pierre Hadot de concebre la filosofia antiga com a mode de vida que contenia un seguit d'exercicis espirituals. És a dir, que la filosofia, a l'antiguitat, era una pràctica que anava més enllà de la teoria filosòfica, on es buscava una conversió de l'individu que filosofava. L'obra de les *Meditacions* se subscriu, doncs, a aquesta manera d'entendre la filosofia com a quelcom que ens canvia la visió sobre la vida mateixa. Abans, però, és convenient que veiem les diferents parts del treball per veure com, de mica en mica, la qüestió que acabem de mencionar es va donant a conèixer.

En primer lloc, analitzem el text de les *Meditacions* amb la intenció de conèixer el perquè de la seva elaboració i la relació del text filosòfic amb Marc Aureli, i, tanmateix, entendre el gènere en què s'escriu l'obra. Aquest apartat ens ajuda a veure com les *Meditacions* és una obra estranya i bastant única en la història de la filosofia, encara que trobem algunes similituds amb altres llibres, i com aquesta il·lustra una manera de concebre la filosofia segons Marc Aureli. Si aconseguim veure com entenia la filosofia l'emperador podrem ser capaços d'analitzar de manera diferent la seva obra, veient com, clarament, es tracta d'un escrit que vol canviar el mode de vida de l'autor. Això no obstant, i per aquesta raó m'he centrat en les *Meditacions*, també pot causar una conversió a qui llegeix l'obra. D'aquesta manera, analitzar el text ens permetrà entendre com cal llegir aquesta obra poc comuna i, també, com l'entenia el mateix Marc Aureli. En aquest apartat, Hadot ens és de gran ajuda atès que proporciona una quantitat d'informació molt notable sobre el recorregut històric que va tenir l'obra des de la seva elaboració, així com el gènere en què cal ubicar-la per entendre-la amb tota la seva profunditat.

El següent apartat que tractem en aquest treball i que ens ajuda, també, a entendre les *Meditacions*, és l'anàlisi de les bases filosòfiques de l'obra. És important aquest apartat perquè ens endinsa en les bases teòriques que hi ha al darrere del text i, per tant, a aprofundir en la filosofia de l'emperador. És cert, de fet, que les seves bases filosòfiques provenen, majoritàriament, de l'estoïcisme. No obstant això, procurem remarcar que, tot i seguir una escola filosòfica com l'estoica, no es queda només aquí. Les *Meditacions* acaben tenint un toc únic,

personal i amb el que és fàcil connectar. L'exposició dels dogmes i de les regles de vida, tal com Hadot va explicant-nos, ens ajuden a analitzar la vida humana i els fets que hi ocorren d'una manera diferent, així com les bases filosòfiques que sostenen aquesta visió.

Si avancem en el treball, veurem com també mirem d'analitzar un altre aspecte que trobem en les *Meditacions* i que també és de gran rellevància per Pierre Hadot: els exercicis espirituals. Aquests exercicis, tal com expliquem en el treball, s'han d'entendre com unes pràctiques que du a terme una persona amb l'objectiu de patir una transformació, ja sigui en els seus pensaments, en la manera en què reacciona als fets externs, a la seva visió sobre el món, etc. Com hem dit, Pierre Hadot dona molta importància als exercicis espirituals, atès que, segons ell, es troben estrictament relacionats amb la filosofia com a mode de vida. Precisament en parla a *La filosofia como forma de vida* (2023a). Cito al propi Hadot (2023a): «Personalmente definiría el ejercicio espiritual como una práctica voluntaria, personal, destinada a operar una transformación en el individuo, una transformación de sí» (p. 138). Així doncs, els exercicis espirituals que s'expliquen en el treball són de gran interès no només per entendre l'obra de Marc Aureli, sinó per entendre com se concep la filosofia com a mode de viure de manera diferent, on l'individu decideix, autònomament, canviar el seu mode de vida.

Finalment, analitzem la filosofia que trobem a les *Meditacions* i com aquesta és un model d'entendre la vida que pot, altrament, ser una formació per a les persones. És a dir, de com el tipus de filosofia que segueix Marc Aureli, orientada a la vida, pot servir-nos, també, per entendre l'educació de les persones –adults i joves. Pot semblar, a primera vista, que la relació sigui minsa, però, de fet, aquesta idea és plantejada pel mateix Pierre Hadot, on, repetim-ho, el filòsof francès considera que la filosofia és una pràctica vital que ens pot acompanyar a tots. Així doncs, expliquem com la filosofia entesa com un mode de vida entesa per Marc Aureli també ha estat interpretada així per altres filòsofs més moderns, com Kant, i com aquesta idea de la filosofia cal ser recuperada en la nostra època contemporània. Això, tal com expliquem en el treball, ho defensa el filòsof nord-americà Hilary Putnam en una entrevista feta per *Cogito* l'any 1989, la qual és aprofitada per Hadot per recordar-nos com la filosofia ha sigut, i pot ser avui dia, una educació per tots nosaltres. L'últim tema que es tracta en el treball, i que té una relació amb l'educació, és la figura de Sòcrates, atès que ell va significar un gir en la història del pensament occidental donant una gran importància a la vida de les persones i, de fet, també va ser un filòsof

que va influir molt a Marc Aureli. Així doncs, el present treball vol exposar amb deteniment tots aquests aspectes per tal que vegem, per un costat, com analitza Hadot la filosofia de Marc Aureli i, per l'altre costat, com aquesta concepció de la filosofia com una pràctica vital s'estén també en l'educació.

## 2. Una aproximació al text de les *Meditacions* de Marc Aureli

### 2.1 La relació de Marc Aureli amb la filosofia

La figura de Marc Aureli (121 dC - 180 dC) és molt interessant per diferents motius, encara que el més sorprenent és que va ser un emperador romà que, tanmateix, es va dedicar a la filosofia. Aquest fet, per si sol, ja sorprèn. Algunes branques acadèmiques, com la història, es poden interessar per la seva figura poc comuna i excepcional com a governant romà, però en aquest treball em vull enfocar, principalment, en la seva filosofia lligada a un mode de vida. Per aquesta raó, considero interessant iniciar aquest treball tot analitzant-hi la relació que tenia Marc Aureli amb la filosofia i com, posteriorment, això es va traduir en el seu únic escrit, les *Meditacions*. Per tal d'entendre la figura de l'emperador romà analitzaré els diferents treballs del filòsof francès Pierre Hadot (1922-2010), que va dedicar part de la seva vida a estudiar la filosofia antiga, una filosofia que, segons ell, estava relacionada amb la vida dels qui la practicaven. Marc Aureli representa un exemple perfecte d'aquest fet i, per aquest motiu, Hadot va voler treballar l'obra de Marc Aureli en el seu llibre *La ciudadela interior* (2023b). Així, doncs, considero interessant tractar, tal com fa Hadot en el seu llibre, la relació que tenia Marc Aureli amb la filosofia per tal que ens ajudi a entendre com aquesta disciplina pot ajudar les persones a viure d'una forma més filosòfica.

En primer lloc, considero que és de vital importància destacar que Marc Aureli va ser un filòsof antic, és a dir, tal com acabem d'explicar, un filòsof que entenia la filosofia lligada al mode de viure. Aquesta concepció, tal com explica Pierre Hadot (2023b) a *La ciudadela interior*, entenia la filosofia com una activitat que tenia una dimensió pràctica i teòrica, però que, per

sobre de tot, era una manera d'entendre la vida i d'experimentar-la (p. 37). Marc Aureli, per tant, no concebia la filosofia únicament com una construcció teòrica sobre la realitat, sinó com una manera d'habitar el món que, al seu torn, podia tenir una visió teòrica, òbviament, sobre el món. De tal manera que els filòsofs a l'antiguitat no eren únicament persones formades intel·lectualment que reflexionaven sobre la realitat sinó que, també, eren persones que volien viure la vida d'una determinada manera. Podem exposar l'exemple de Cató el jove (segle I dC) que, encara que es dedicà professionalment a ser estadista, va ser considerat com a filòsof per la manera com vivia i seguia els principis de l'estoïcisme (Hadot, 2023b, p. 38). Un altre filòsof molt destacat és Epictet (55 dC - 135 dC), un filòsof estoic que va influir molt en Marc Aureli i que, com ell, considerava que un filòsof no era només aquell que escrivia llibres sobre qüestions filosòfiques, sinó aquell que vivia d'una determinada manera i demostrava, per mitjà dels seus actes, que era un bon pensador. Tal com Hadot (2023b) el cita explícitament: «Come como un hombre, bebe como un hombre, vístete, cástate, ten hijos, lleva una vida de ciudadano... Muéstranos todo esto para que sepamos si has aprendido verdaderamente algo de los filósofos.» (p. 38).

Com podem veure, el més important és, a ulls d'Epictet, el comportament, atès que aquest demostra si el que s'ha après s'aplica com es deu o no. Per tant, el filòsof de l'antiguitat no havia d'escriure, necessàriament, tractats filosòfics sinó que havia de dur una vida d'acord amb els principis morals i vitals de l'escola filosòfica que havia escollit. De la mateixa manera, hi podien haver persones que estudiessin filosofia i que no fossin considerades filòsofes, com el cas del Luci Aureli Ver, germà adoptiu de Marc Aureli, que també va rebre una educació basada en matèria filosòfica i que, no obstant això, no el considerem un filòsof. Aquí hi podem veure, doncs, que a l'antiguitat hi havia un lligam entre la vida i la filosofia i que, per tant, per molt que s'estudiés filosofia calia dur una vida filosòfica per ser considerat un filòsof. Aquesta modalitat de vida podia variar, òbviament, segons l'escola filosòfica que s'escollís, ja que un estoic no entenia la vida de la mateixa manera que un epicuri o un cínic, encara que compartissin alguns aspectes.

Dit això, doncs, queda clar que Marc Aureli tenia unes preocupacions més aviat pràctiques enfocades en el seu dia a dia –que, sigui dit de passada, el seu dia a dia, com a governant d'un imperi, era ben complicat. Cal afegir, a més, que els testimonis que ens han



arribat sobre l'emperador romà destaquen el seu bon fer i la seva rectitud, que va ser fruit, per tot el que hem dit, de la importància que donava a la filosofia per dirigir la seva vida (Marc Aureli, 2004, p. 191-203). Caldrà entendre, per tant, les *Meditacions* des d'aquesta perspectiva, ja que no va ser escrita, com explicarem a continuació, com una obra destinada a resoldre problemes filosòfics o a explicar certes qüestions concretes, sinó com una invitació personal que es fa el mateix Marc Aureli per portar a terme una conversió personal.

## 2.2 El text de les *Meditacions*

Un cop hem vist la relació que tenia Marc Aureli amb la filosofia és procedent que ens preguntem, doncs, per la seva única obra: les *Meditacions*. És de vital importància conèixer la història dels textos per saber el perquè de la seva elaboració. Sembla encara més important fer-ho en aquest cas, ja que, de fet, Marc Aureli no va voler escriure cap obra amb la intenció que fos coneguda pel gran públic i molt menys podia arribar a imaginar-se que ens arribaria als nostres dies. Com bé sabem, moltes obres escrites a l'antiguitat no ens han arribat o, en algunes ocasions, ens han arribat deformades i en versions dubtoses. Això últim es pot deure al fet que els copistes van cometre alguna errada quan el copiaven. En qualsevol cas, és una bona notícia que ens hagi arribat el seu text avui dia i que el puguem estudiar, atès que moltes obres de l'antiguitat s'han perdut.

Un fet interessant a comentar és que les *Meditacions*, tot i que no van ser escrites per a ser publicades, sí que van ser llegides en algunes ocasions. Per exemple quan, segons Cassi Dió, un historiador del segle II dC, el mateix Marc Aureli va fer un discurs als seus soldats davant la revolució que havia dut a terme un general romà, Avidi Cassi, en contra de l'emperador (Hadot, 2023b, 67). Aquest discurs estava conformat per fragments de les *Meditacions* i contenia exhortacions per encoratjar als soldats davant tal revolució. Hadot (2023b) també remarca que l'historiador Aureli Víctor, com també esmenta la *Història Augusta*, havia dit que abans d'anar a una expedició militar al Danubi, Marc Aureli va estar durant tres dies explicant la seva filosofia, novament, als soldats (p. 68). En últim lloc, és curiós de saber que el fill de Marc Aureli, Còmode, també va conèixer el text que serviria, en tot cas, per a la seva formació. La història va demostrar que, encara que va conèixer el text, no el va influir en excés en la seva manera de governar.

Centrant-nos en el recorregut històric que va tenir les *Meditacions*, és curiós saber que una obra que, com hem dit, no va ser escrita per a ser publicada i que no tenia, de fet, ni títol propi, va acabar circulant per diverses zones del món. El text de Marc Aureli va ser llegit, sobretot, en el món bizantí a partir del segle X, on ja es feia esment del text que havia escrit l'emperador romà. També se sap que l'enciclopèdia bizantina del segle X, la *Suda*, ja contenia fragments de les *Meditacions*. A Occident hi trobem per primera vegada dues citacions del text de les *Meditacions* per part de Jean Reuchlin a l'obra *De arte Cabbalistica* de l'any 1517 i, més endavant, l'any 1559, hi va haver una edició d'Andreas Gesner impresa a Zuric. En últim lloc, un altre manuscrit complet és el del *Vaticanus Graecus*, que data del segle XIV (Hadot, 2023b, p. 68-69).

Respecte al nom que ens ha arribat a l'actualitat, cal dir que va ser fruit de les diverses traduccions que es van anar fent. El manuscrit del Vaticà, de fet, no donava cap títol específic a l'obra, i una traducció llatina de Xylander del 1559 va ser titulada: *De seipso seu vita sua* ('De si mateix o de la seva vida'). Més endavant, a Anglaterra, el traductor Meric Casaubon l'any 1643 va traduir l'obra com a *Meditations concerning Himself* ('Meditacions sobre si mateix') (Hadot, 2023b, p. 73). Com podem veure, el primer cop que apareix la paraula *meditació* acompanyada del text de Marc Aureli va ser a la traducció feta per Meric Casaubon. El nom que ens ha arribat avui és fruit, doncs, del nom que li van anar posant diversos traductors i no, com molta gent pot arribar a pensar, del mateix Marc Aureli.

## 2.3 El gènere literari de les *Meditacions*

A l'hora de parlar sobre les *Meditacions* ens trobem davant d'una incògnita, ja que no ubiquem fàcilment el gènere de l'obra encara que, tal com ens diu Hadot (2023b), les obres que s'escriuïen a l'antiguitat i que no es donaven a conèixer al públic es deïen *hypomnēmata* i eren aforismes sobre diversos temes que els autors del text escriuïen per a si mateixos (p. 72). Antigament, hi havia textos com els d'Aristòtil on el mateix títol ja indicava el tema de l'obra, com a *Física*, *Ètica a Nicòmac* o *Política*, encara que, de fet, aquests títols els posés Andrònic de Rodes el segle I dC i que, per tant, no els posés Aristòtil mateix. En el cas de Marc Aureli, com hem dit, no hi havia títol i, en conseqüència, ja d'entrada no se sabia sobre què tractava l'obra. El traductor Xylander va creure que el text havia arribat a mitges i que li faltava gran part de l'obra.

Creia, doncs, que el text de Marc Aureli que li havia arribat pertanyia a una obra molt més extensa i, sobretot, sistemàtica (Hadot, 2023b, p. 74). L'obra de les *Meditacions*, tal com ens ha arribat, és un seguit d'aforismes desordenats que tracten sobre diverses qüestions com la moral, la naturalesa i el comportament humà, però que no segueixen un curs ben definit ni sistemàtic. No hi trobem capítols ni divisions per temes. Simplement, són anotacions de l'autor, amb idees i observacions. Així doncs, Xylander, quan va traduir l'obra el 1559, va creure que aquesta estava incompleta i, per tant, no concebia que a l'antiguitat s'hagués escrit un text sense seguir cap mena d'ordre ni sistematització. Més endavant, el traductor anglès que hem esmentat, Meric Casaubon, sí que va considerar l'obra de Marc Aureli com un seguit de notes privades, un text on l'emperador hi escrivia els seus pensaments. Segons Hadot (2023b), Meric Casaubon era més coneixedor dels diferents gèneres que existien a l'antiguitat, com l'aforístic, que ja s'havia donat a conèixer amb el *Manual* d'Epictet, escrit pel seu deixeble Arrià (p. 75). Així doncs, podria ser que el mateix Marc Aureli, influït per la filosofia d'Epictet, volgués escriure aforismes com a mode de fer filosofia per a si mateix. Un altre fet que també considerava Casaubon és que ja hi havia el costum que els emperadors romans, com August, escrivissin sobre la seva vida. No obstant això, no és el cas de Marc Aureli, ja que en cap cas escriu per a ningú.

Respecte de l'aparent desordre que trobem a les *Meditacions*, hi poden haver diverses interpretacions. Podria ser el cas que els mateixos copistes no ordenessin correctament el text tot i que, de fet, també podria ser que Marc Aureli escrivís l'obra amb l'ordre amb el qual ens ha arribat. Segons Hadot (2023b), independentment de l'ordre, el més important és concebre la seva obra com un seguit de consells i exhortacions que conviden a la reflexió, sobretot, del mateix Marc Aureli cap a ell mateix (p. 78). Les *Meditacions* no són tampoc un *rara avis* en la història de la filosofia, ja que, de fet, pot ser una obra comparada als *Pensaments* de Blaise Pascal i, també, com hem dit abans, als aforismes que trobem en el *Manual* d'Epictet. No obstant això, és fàcil de reconèixer que ens trobem davant d'un text únic a l'antiguitat i, encara que hi podem trobar similituds amb altres textos com el d'Epictet, és una obra molt singular en la història del pensament occidental.

Com hem explicat abans, les *Meditacions* de Marc Aureli s'han d'entendre com un seguit de notes personals (*hypomnēmata*) dirigides cap a si mateix per tal de millorar com a individu en la seva vida privada, però, encara cal preguntar-nos el perquè d'aquesta intenció. Hadot (2023b)

considera que quan Marc Aureli va decidir escriure les *Meditacions* va ser a causa d'una vivència personal (p. 83). Aquesta vivència sembla que es dona durant les campanyes militars al Danubi, on els problemes van augmentar considerablement per a l'emperador romà. Necessitava, per tant, un canvi en el seu interior per tal d'afrontar tals reptes i va veure que en la filosofia hi podia trobar aquest antídote a l'angoixa i als seus problemes (Hadot, 2023b, p. 83). Aquest fet mostra com, segons Marc Aureli, la filosofia podia ser de gran ajuda davant dels problemes i els reptes que la vida presentava. Aquesta conversió es pot veure en fragments com els següents: «Renuncia als llibres. Ni t'hi distreguis, perquè no t'és permès» (II, 2), i també: «En tens prou amb aquests pensaments, si són principis bàsics» (II, 3)<sup>1</sup>. Aquestes reflexions de les *Meditacions* hem de suposar que es deuen a l'experiència propera a la mort a causa de les guerres, que l'obliguen, d'alguna manera, a voler canviar la seva visió sobre el món. Hadot (2023) escriu el següent:

Ante la inminencia de la muerte cuenta una única cosa: esforzarse por tener siempre presentes en el espíritu las reglas de vida esenciales, volver a ponerse siempre en la disposición fundamental del filósofo que, como veremos, consiste principalmente en controlar su discurso interior, o concentrarse en ofrecer un servicio a la comunidad humana, en aceptar los acontecimientos que nos aporta el curso de la Naturaleza del Todo (p. 84-85).

Tornant a centrar-nos en el gènere de l'obra, cal dir que les *hypomnēmata* van ser presents com a tipologia d'escriptura a l'antiguitat. Hadot (2023b) en recalca un exemple interessant, el de Pàmfila, una dona del segle I dC que va publicar les seves notes personals (p. 86). El que ens interessa d'aquest exemple és precisament que Pàmfila no va voler ordenar el seu escrit en un llibre dividit per parts, sinó que va escriure sobre el seu dia a dia, sense cap ordre preestablert. Les *Meditacions* de Marc Aureli són, doncs, del mateix estil que les notes personals de Pàmfila. De fet, un filòsof de renom com Plutarc també va escriure un text titulat *Sobre la tranquil·litat de l'ànima*, on també li explica al destinatari de l'obra que, atès que tenia pressa quan el redactava, no l'ha pogut ordenar i que li enviarà, doncs, un seguit de notes sobre com assolir la tranquil·litat de l'ànima (Hadot, 2023b, p. 86). Hi va haver, com podem veure, diferents

---

<sup>1</sup> Tots els fragments de les *Meditacions* de Marc Aureli seran citats seguint l'edició següent: Aureli, Marc (2008). *Meditacions*. Llibres de l'Índex.

exemples de textos que no segueixen un ordre. L'exemple de Plutarc no és del tot similar al de Marc Aureli, ja que si hagués pogut segurament l'hauria ordenat, però, de totes maneres, ens serveix per il·lustrar que els pensaments que pretenien ser d'ajuda per qui els llegia no havien d'estar, necessàriament, ordenats sinó que, per sobre de tot, havien de voler causar una transformació en el seu jo interior. Un altre exemple seria el dels *Soliloquis* d'Agustí d'Hipona, amb la diferència respecte a Marc Aureli que el jo interior del diàleg que es manté amb un mateix es situa en el nivell de l'ànima que escolta la Raó, i no al revés. També cal remarcar la importància que es dona al diàleg interior en sant Agustí, atès que el filòsof nord-africà considerava que el que diem segurament serà banal i impersonal si ho dicem a algú altre, o si ho dialoguem amb algú altre, i que, per tant, l'exercici del diàleg interior és profitós precisament perquè permet conversar amb nosaltres mateixos sense tantes banalitats (Hadot, 2023b, p. 87).

Finalment, Pierre Hadot (2023b) vol recalcar tres certeses que, segons ell, contenen les *Meditacions* de Marc Aureli i que acabaran d'ajudar-nos a entendre el gènere de l'obra en un sentit més ampli:

En primer lugar, el emperador escribió *para sí mismo*. En segundo lugar, escribió *en el día a día*, sin intentar redactar una obra unificada y destinada al público: esto significa que su obra se quedó en estado de *hypomnéma*, de notas personales, quizá escritas sobre un soporte «móvil» como las tablillas. En tercer lugar, se tomó la molestia de redactar sus pensamientos, sus frases, sus reflexiones y, *según una forma literaria muy refinada*, porque era precisamente la perfección de las fórmulas lo que aseguraba su eficacia psicológica, su fuerza de persuasión (p. 89).

Així doncs, un cop hem pogut veure amb deteniment el gènere al que pertany l'obra i el perquè de la seva estructura poc comuna i característica, caldrà analitzar el seu contingut on, sobretot, em centraré en les bases filosòfiques que hi ha al darrera i, també, procuraré explicar el que Hadot anomena *exercicis espirituals*.

### 3. Les bases filosòfiques de les *Meditacions*

#### 3.1 Sobre què tracten les *Meditacions*?

Després d'haver explicat el gènere de les *Meditacions*, cal analitzar el contingut de l'obra per veure-hi més detingudament què s'hi diu, com i per què. El tema de les *Meditacions* no és cap altre que la filosofia, però presentada d'una manera més personal i privada, on l'autor pretén dirigir-se a ell mateix per tal de canviar i millorar i, sobretot, per tal de viure una vida filosòfica, i així ho indica el següent fragment: «Per tant, ¿què ens pot fer companyia? Únicament la filosofia. I aquesta consisteix a preservar el dèmon interior, exempt d'ultratges i de danys (...)» (II, 17, 3). Aquest fragment mostra clarament com Marc Aureli es convida a ell mateix a protegir-se amb la filosofia de tot el que li pugui passar a la vida. La filosofia és, doncs, una companya de vida, d'existència, que ajuda les persones a viure més reflexivament. Hadot (2023b) explica com, seguint la concepció que es tenia de la filosofia a l'antiguitat com a mode de vida, aquesta segueix el model de l'home ideal, que serà precisament el que voldrà seguir Marc Aureli (p. 90). Aquest home ideal serà entès com una persona capaç de dibuixar-se a si mateixa per tal de fer el bé i evitar el mal, i que, d'aquesta manera, pugui viure virtuosament. L'home de bé seguirà principalment tres regles, tal com Hadot (2023b) remarca: «Se esforzará, en la medida en que dependa de él, en actuar con justicia al servicio de los otros hombres, en aceptar con serenidad los acontecimientos que no dependen de él y en pensar con rectitud y verdad» (p. 90). Aquestes regles aniran apareixent, d'una manera o una altra, en els diferents fragments de les *Meditacions*. Com anirem veient, aquestes regles d'acció, els dogmes (*theoremata*), podran ser acceptades fàcilment per moltes persones, però la dificultat resideix en aplicar-les, en passar del terreny de la teoria a la pràctica. Així doncs, la seva intenció és anar més enllà del text i dur els dogmes a la pràctica, a la seva vida, ja que és conscient que les paraules moren en el text si no s'apliquen.

Si ens centrem més detingudament en els dogmes, un dels que apareix més sovint a les *Meditacions* és l'acceptació del destí, tal com explica Marc Aureli mateix: «Recorda, a partir d'ara, en tota circumstància que t'indueixi a l'afflicció, el principi següent: això no és una desgràcia, sinó que és una sort el fet de suportar-la amb valentia» (IV, 49). L'acceptació del destí és clarament una de les parts més importants de l'estoïcisme i de la filosofia de Marc Aureli, i

ens obliga a mirar-nos-ho tot d'una altra manera. Ens vol fer acceptar el que ens passa, però mirant-ho des d'una altra perspectiva, sense caure en un optimisme fals, però veient que nosaltres juguem un gran paper en l'opinió que tenim del que ens passa a la vida. Aquesta opinió, tal com ens diu Hadot (2023b), són les anomenades *phantasiai*, les imatges mentals interiors que ens representen la realitat (p. 93). Aquestes imatges, com hem pogut experimentar nosaltres mateixos, no sempre són justes, i hi ha vegades en què ens faran creure que som més desgraciats del que realment som. Les desgràcies, de fet, podran ser una oportunitat per a millorar, per assolir l'home de bé ideal que perseguim.

Així doncs, Marc Aureli anirà formulant diferents principis al llarg de les *Meditacions* i tots ells estaran relacionats amb els tres dogmes (*theorema*) que he exposat abans: actuar amb justícia al servei de les persones, acceptar tot el que no depengui de la nostra acció i, per últim, pensar amb rectitud i veritat. Aquestes regles estaran connectades a certs principis, ja que, tal com diu Marc Aureli, l'art de viure la filosofia compromet a fer-ho segons uns principis: «¿Quin és el teu ofici? Ser una bona persona. I això, ¿de quina altra manera s'aconsegueix, si no és gràcies als principis teòrics sobre la naturalesa universal i la constitució individual de l'ésser humà?» (XI, 5). Aquests principis seran essencials per poder actuar amb rectitud i seran els encarregats, per tant, de guiar-nos en les nostres accions.

### 3.2 L'exposició dels dogmes (*theorema*)

Si volem entendre el contingut filosòfic que trobem a les *Meditacions*, és profitós que entenguem, també, l'estil amb què l'exposa. Així doncs, Marc Aureli, que vol causar-se un impacte amb el que escriu, presenta el seu pensament en forma de proposicions simples i directes, com la següent: «Des del trenc d'alba digues-te a tu mateix: em trobaré amb un indiscret, un desagraït, un prepotent, un mentider, un envejós, un egoista. Tots aquests defectes els sobrevenen per la ignorància del bé i del mal» (II, 1). Amb aquesta sentència tan clara i, fins i tot, simple, Marc Aureli ja indica, a la manera socràtica, que quan els humans actuem malament, sigui per enveja o per egoisme, ho fem a causa de la nostra ignorància del que està bé i del que està malament. Com veiem, els diferents dogmes que escriu vol que li serveixin per adonar-se de què és el que ha de fer com a ésser humà. Marc Aureli vol escriure dogmes que siguin directes i

que li proporcionin un retir a si mateix per tal de millorar. Així doncs, escriu aforismes concisos i clars per tal que el condueixin cap a la virtut que persegueix (Hadot, 2023b, p. 94).

Després d'haver dit de quina manera escriu els aforismes Marc Aureli, és interessant que comentem que hi ha ocasions on dins de l'obra trobem un seguit d'agrupacions de frases, les *kephalaia*, on l'autor tracta, de manera continuada, una de les tres regles que hem comentat. Al llarg de l'obra hi ha diferents exemples d'aquestes agrupacions d'aforismes, però, com és obvi, no ens podem aturar en totes les *kephalaia* i, per tant, pot ser interessant analitzar les més significatives. Un perfecte exemple pot ser l'aforisme 26 del llibre dotzè, on en aquesta *kephalaia* s'hi tracta el paper que juga el destí i les accions que no depenen de la nostra voluntat:

Quan t'enfades per alguna cosa, és pel fet que has oblidat que tot esdevé en harmonia amb la naturalesa de l'univers i que la culpa li és aliena. I, a més d'això, que tot el que succeeix sempre ha succeït de la mateixa manera i hi succeirà, i en aquest moment així està succeint arreu del món. I també t'ha passat per alt que n'és, de proper, l'origen comú de qualsevol persona amb el del gènere humà, ja que no es tracta d'un parentiu de sang o de semen, sinó d'intel·ligència (XII, 26).

Com podem veure en aquesta agrupació d'aforismes, Marc Aureli es recorda a si mateix, per mitjà de diversos afegitons un rere l'altre, una de les tres regles on, en aquest cas, parla sobre el fet que hem d'acceptar tot el que ens passa i que no depèn de la nostra voluntat. Aquest dogma és identificable clarament amb l'estoïcisme i ens fa pensar molt en el *Manual* d'Epictet (2023), on la seva primera sentència explica de manera molt clara com dins de tot el que existeix algunes coses depenen de nosaltres i altres, en canvi, no, i que, per tant, hem de deixar de costat les que es troben fora de la nostra voluntat (p. 67). Marc Aureli vol assegurar-se, doncs, de ser prou conscient del paper que juga el destí, la naturalesa universal, i de com és de petit ell davant d'això. Essent conscient d'això, no vol gastar energia ni temps en coses que no depenen en absolut d'ell, com ara els desastres naturals futurs o l'opinió externa que tinguin d'ell les altres persones.

Un altre grup de *kephalaia* que apareix a les *Meditacions* i que trobo, personalment, força interessant és el que trobem en l'aforisme número tres del Llibre quart, el qual se centra en la



naturalesa i l'èsser humà que l'habita, adonant-se, doncs, de com és de minúscul ell davant la immensitat del món. Diu el següent:

Però, ¿tal vegada t'atabalarà l'ambició? Aleshores observa la rapidesa amb què l'oblit embolica totes les coses, l'abisme del temps infinit tant del passat com del futur, la vanitat de la glòria, la inconstància i la manca de criteri dels qui sembla que t'aplaudeixen, l'estretor del lloc en què se circumscriu la fama. De fet, la terra sencera no és res més que un punt. I, ¿quin raconet de la terra és aquell en el qual habites? I allí, ¿quants i de quina mena seran els qui et cantaran lloances? (IV, 3).

En aquest grup de *kephalaia*, Marc Aureli reflexiona profundament sobre la poca importància que tenen els nostres afers humans en comparació amb l'univers, i és fàcil que ens despertí diverses reflexions. Sovint ens sembla que les nostres preocupacions com, per exemple, ser reconeguts per les masses o fer-nos rics, són de gran importància, però, tal com ho exposa Marc Aureli, no és gens així. Les nostres preocupacions no són res al costat de la immensitat de l'univers i de l'espai, i ens convida, per consegüent, a no concentrar-nos en el que no ens aporta res. Només el moment present ens garanteix estar bé i sentir-nos connectats amb la vida i, la resta, doncs, és de menor importància. Personalment, trobo molt útils aquestes *kephalaia*, ja que en elles Marc Aureli ens posa unes sentències que podem acceptar amb major o menor grau, però, no obstant això, no ens poden deixar indiferents. Els anhels de grandesa poden ser més grans o més petits en tots nosaltres, però hi són i, en moltes ocasions, ens poden fer sentir infeliços i limitats. D'aquesta manera, el fet que l'autor ens convidi a reflexionar sobre el seu lloc dins l'univers és especialment interessant, ja que ens permet mirar-nos-ho tot des d'una altra perspectiva i veure com la nostra vida, per molt que tingui un gran valor, és infinitament petita en comparació amb la resta de coses que hi ha al món. Un fet curiós és que Marc Aureli, de fet, explicava com de petits i insignificants som els humans en una època en què els coneixements que es tenien sobre l'univers eren minúsculs en comparació amb els que tenim en l'actualitat. Això ens indica que avui dia, amb tots els coneixements dels quals disposem, ens hauríem de veure encara més insignificants. Som un planeta més de milers de milions que hi ha a l'univers, en una galàxia més de milers de milions que existeixen. És cert que mirar-ho des d'aquesta perspectiva pot dur-nos a no valorar la nostra existència com pertocaria, però no és així. Les nostres preocupacions no tenen valor, però això no ens ha de portar a creure que la nostra vida

tampoc en té. D'aquesta manera, hem de procurar centrar-nos en les coses més importants, les que de veritat tenen un valor en si mateixes. La fama i l'honor no tenen un valor en si mateixes, sinó respecte als altres, ja que són els altres qui els reconeixen i els donen. Així doncs, Marc Aureli vol fer-se conscient de com són d'inútils aquestes pretensions i de com només importa el moment present. Com diu l'emperador en un altre aforisme: «És proper el temps en què tot ho hauràs oblidat, tal com ho és el temps en què tu seràs oblidat de tothom» (VII, 21). Mai sabem quan abandonarem el món i tot el que hi teníem, per tant, per què ens hauríem de preocupar tant per les opinions sense valor? Potser desapareixem demà i, a causa d'això, no podem perdre el temps en aquestes qüestions insignificants. Amb aforismes com aquests l'autor vol enfocar-se ell mateix només en el que vertaderament importa, deixant de costat tota la resta de coses.

Per altra banda, Hadot (2023b) exposa la importància de no limitar-se, només, en el retir personal i tornar als fonaments teòrics que hi ha al darrere de les accions (p. 97). Marc Aureli mateix ho explica a les *Meditacions*, concretament en el paràgraf 9 del llibre X. En aquest aforisme hi trobem diverses meditacions, on la primera critica la desgràcia humana de les persones que no es guien per la raó: «La ficció, la guerra, el pànic, la turpitud, l'esclavatge. Esborraran, dia rere dia, tots aquells principis sagrats que tu, com a estudiós de la naturalesa, imagines i acceptes» (X, 9). I, seguidament, hi trobem una segona meditació en el mateix paràgraf que és interessant per veure com Marc Aureli dona importància al retorn continu de la teoria que hi ha al darrere dels dogmes: «Cal que tot ho miris i ho facis de tal manera que acompleixis els afers del moment i, al mateix temps, posis en pràctica la teoria i mantinguis intacta, no d'una manera ostentosa però tampoc d'amagat, la seguretat del coneixement científic de cada cosa» (X, 9). El que Marc Aureli vol expressar en aquesta segona meditació és precisament, com hem dit abans, la importància de no només actuar segons els dogmes fonamentals i de sempre tornar a les justificacions teòriques que hi ha al darrere. Això farà que sigui més eficaç l'esforç que es faci per entendre-les i, sobretot, per aplicar-les a la pràctica. En aquest punt, Hadot (2023b) parla sobre el símil que fa Marc Aureli i la Ciutat, que es troba en el paràgraf 4 del llibre IV (p. 101). Aquest símil explica com la Ciutat, de la mateixa manera que el món que tots coneixem, està subjecte a unes lleis, concretament en el món hi trobem la llei de la Raó. Els humans, doncs, en tant que som racionals, hem d'obeir les lleis de la Raó. D'aquesta manera, doncs, Marc Aureli es convida a si mateix –i, per tant, a nosaltres, els lectors de la seva obra– a actuar seguint la raó i a no deixar-nos guiar merament segons cada situació i les passions

que les acompanyen. Les passions ens indicaran què fer segons l'emoció del moment, però, en canvi, la raó ens guiarà sempre pel camí adient si hem après correctament les justificacions dels dogmes que hi ha al darrere.

### 3.3 Les regles de vida

Per últim, és interessant que analitzem breument les regles de vida que apareixen a l'obra de Marc Aureli. Com hem explicat anteriorment, en les *Meditacions* hi trobem tres dogmes principals: actuar amb justícia al servei de les persones, acceptar tot el que no depengui de la nostra acció i, per últim, pensar amb rectitud i veritat. Aquests tres dogmes també apareixen relacionats amb les regles de vida que ara passarem a comentar. Les regles de vida es poden identificar clarament amb els tres dogmes i es divideixen, també, en tres parts. Aquestes parts s'identifiquen cada una amb les tres parts de l'ànima: el judici, l'impuls a actuar i el desig (Hadot, 2023b, p. 102). Així, el judici s'identifica amb la facultat de jutjar, el desig s'identifica amb la naturalesa universal i, per últim, l'impuls de l'acció s'identifica amb la naturalesa humana. Cada part és l'encarregada, doncs, de realitzar diferents funcions, i aquestes, tanmateix, s'identifiquen amb els diferents àmbits de la realitat. Aquestes identificacions les trobem a les *Meditacions* on, en diferents aforismes, se'ns permet veure-les clarament. Un exemple el trobem en l'aforisme número set del llibre vuitè:

Qualsevol ésser de la natura està satisfet d'ell mateix quan va per la via adient. I un ésser racional va pel camí adient quan no dona el seu assentiment a cap representació falsa o incerta (el judici). Quan dirigeix els seus impulsos només al bé comú (l'impuls de l'acció). Quan limita els desigs i les aversions només en la mesura que depenen d'ell (el desig). Quan accepta de bon grat tot allò que li ha assignat la naturalesa universal (VIII,7).

Així doncs, Marc Aureli se centra en tres activitats que trobem dins la nostra ànima i que, d'alguna manera, ens han de guiar en la nostra vida. Com hem vist, les regles de vida no són diferents dels dogmes sinó que, de fet, els complementen i ajuden a guiar els nostres pensaments, els nostres desitjos i les nostres accions. Els pensaments, els desitjos i les accions s'identifiquen amb les parts de l'ànima que, de fet, corresponen als tres àmbits de la realitat: la nostra facultat de jutjar, la naturalesa humana i la naturalesa universal. Hem d'aconseguir, per tant, saber

identificar les parts que depenen de nosaltres amb els àmbits de la realitat i, així, poder viure racionalment diferenciant el què depèn de nosaltres i el què no.

## 4. Les *Meditacions* com a exercicis espirituals de la filosofia antiga

### 4.1 Exercicis de la imaginació

Després d'haver vist com Marc Aureli sosté unes bases filosòfiques sobre les quals vol aprendre a veure el món i actuar d'acord amb aquesta visió, és important no quedar-nos només aquí i veure un aspecte molt interessant de la seva filosofia. Com hem comentat diverses vegades, Marc Aureli pertany a un gènere de filòsof, si es vol dir així, que entén la filosofia com a mode de vida. D'aquesta manera, la teoria i la pràctica s'uneixen per a poder viure una vida guiada per un mateix. Per fer-ho, això no obstant, no n'hi ha prou amb formular uns dogmes i unes regles de vida sinó que, a més, calen uns entrenaments mentals. Aquests entrenaments mentals són els que Hadot ha anomenat durant la seves obres com *exercicis espirituals*. Així doncs, en aquest capítol vull mostrar com en les *Meditacions* trobem un seguit d'exercicis espirituals i de com aquests es poden aplicar a la nostra vida.

Els primers exercicis espirituals que cal passar a comentar, i que el mateix Hadot (2023b) comenta, són els exercicis de la imaginació (p. 107). Aquests exercicis, que són uns exercicis espirituals atès que suposen una reflexió amb impacte cap a la vida pràctica, es basen a utilitzar la nostra imaginació per a figurar-nos un fet que podria passar en el futur i, d'aquesta manera, avançar-nos a ell. El que es busca en un exercici d'aquesta mena és, com acabem de dir, avançar-se i que això ens proporcioni unes eines per si finalment acaba passant el que hem imaginat. Per exemple, pots fer un exercici d'imaginació de veure't a tu mateix sense amics ni família, sense diners i en una situació desfavorable en la qual mai hagis estat. Imaginant-te això aconseguiràs fer front a la situació futura, si es donés, d'una manera més racional. És obvi que la imaginació no té la mateixa força ni el mateix impacte que té la realitat, però també podem acceptar que si ens imaginem nosaltres mateixos en una mala situació, quan la patim –si

l'acabem patint— podrem haver-nos preparat millor. El que en la vida quotidiana en diem *mentalitzar-nos*.

Aquest exercici d'imaginar-nos a nosaltres mateixos o els altres en possibles escenaris ens és útil en casos com, per exemple, en el que ens quedem sense diners i sols, però també ens és útil practicar-lo en fets que passaran inevitablement, ens agradi o no, al llarg de la nostra vida. Un exemple que tots patirem és el de la mort. La nostra i la dels altres. Hadot (2023b) ens explica com aquest acte d'imaginar-nos els altres éssers morts és el de la *Llei de la metamorfosi* imposada per la naturalesa, on bàsicament ens diu que la natura opera amb unes lleis de les quals nosaltres en som esclaus i, per tant, acabem morim (p. 107). Marc Aureli és molt directe respecte d'això, i en les *Meditacions* trobem un aforisme on parla precisament sobre aquesta qüestió: «La cort d'August, esposa, filla, nets, avantpassats, germana, Agripa, parents, familiars, amics, Areu, Mecenàs, els metges, els sacrificadors. Tots els de la cort ja són morts.» (VIII, 31). Aquest aforisme de Marc Aureli busca fer l'esforç d'imaginar-se tot un seguit de persones que han mort, i que moriran, per tal de poder veure, per mitjà d'aquest exercici, que la mort és a tot arreu i que afecta a tothom, ens agradi o no. En el fragment 47 de llibre VI també ens recorda grans noms que, tot i ser savis o poderosos, van morir, com ara Sòcrates, Juli Cèsar o Alexandre el Gran. Marc Aureli, així doncs, vol tenir la mort molt present atès que, recordem, és una de les motivacions que el porten a escriure les *Meditacions*. Un altre fet que en un capítol posterior tractarem, i que està molt relacionat amb aquest acte d'imaginació, és l'aparent pessimisme que expressa aquest exercici espiritual, atès que sembla que Marc Aureli mostri una visió molt pessimista de la vida i del món. Sigui com sigui, però, ho comentarem més endavant conjuntament amb l'exercici de la física.

## 4.2 Exercicis d'escriptura

Un altre exercici espiritual que trobem en les *Meditacions* és el de l'escriptura. Com hem anat dient al llarg del treball, Marc Aureli escriu per a si mateix i això, de fet, ja és, segons Hadot (2023b), un exercici espiritual (p. 109). Ho és precisament perquè Marc Aureli és conscient que necessita escriure sobre els temes més importants de la seva vida de manera reiterada per aconseguir un impacte en el seu interior. D'aquest fet se'n segueix que moltes vegades, com diu el filòsof francès, es repeteixi en els mateixos temes al llarg de l'obra, com en els següents

aforismes: «Totes les coses tenen la durada d'un dia, tant les que fan l'acció de recordar com les que són recordades». (IV, 35) i «Té una vida breu tant el qui lloa com el qui és lloat, tant el qui recorda com el qui és recordat». (VIII, 21). Com es pot veure, diuen pràcticament el mateix, però aquesta repetició té una explicació. El motiu de la repetició constant dels mateixos temes no és degut al fet que Marc Aureli se n'oblida, o que es vulgui repetir perquè sí, sinó que vol causar-se una transformació interior i, per poder fer-ho, necessita recordar-se constantment el que vol canviar en ell mateix. Aquesta transformació l'adquirirà per mitjà de recordar-se constantment els dogmes i les regles de vida, ja que, així, no només les recordarà, sinó que tindran un impacte en la seva vida si aconsegueix interioritzar-les.

Així doncs, la repetició constant que fa Marc Aureli en la seva obra i que ens explica Hadot és un exercici espiritual que es fa per mitjà de l'escriptura. Escriurà idees que neixin d'ell, però, com ja hem anat dient, estaran influïdes per l'escola estoica. D'aquesta manera, la filosofia que trobem en les *Meditacions* és única, però, alhora, té unes bases filosòfiques estoiques. Hadot (2023b) ho expressa perfectament:

Marco Aurelio escribe para tener presentes en el espíritu los dogmas y las reglas de vida. Haciendo esto sigue un consejo de Epicteto, quien, después de haber expuesto el dogma fundamental del estoicismo –la distinción entre lo que depende de nosotros y lo que no depende de nosotros–, añade: He aquí lo que deben meditar los filósofos, lo que deben *escribir* cada día, la que debe ser su materia de ejercicio (p. 111).

Com veiem, Marc Aureli segueix el consell d'Epictet i escriu precisament per a tenir presents certs principis. Tal com ens recorda Hadot (2023b): «Tendremos que repetirlo: la vida filosófica estoica consiste esencialmente en el dominio del discurso interior. Todo en la vida del individuo depende de cómo se representa las cosas, es decir, de cómo se las dice a sí mismo» (p. 111). En el camí d'escriure-les, doncs, les vol interioritzar, viure-les en el seu interior per tal de transformar-se i produir un efecte dins seu. Aquest efecte, però, mai acaba i, per tant, cal tornar-hi diàriament, ja que el vertader filòsof, com sabem, és el que és conscient que encara no és una persona sàvia, però que, no obstant això, segueix perseguint la saviesa.

### 4.3 La llengua de les *Meditacions*

Abans d'analitzar amb profunditat l'exercici de la física que és, segurament, un dels més importants de la filosofia de Marc Aureli, és interessant que comentem la llengua que trobem en les *Meditacions*. En aquest apartat destaquem, bàsicament, el fet que Marc Aureli va escriure la seva obra en grec i no en llatí, que era la llengua amb la que es comunicava. En primer lloc, cal dir que Marc Aureli coneixia perfectament tant el llatí com el grec, ja que durant la seva etapa formativa va aprendre el grec, atès que molts textos que treballava estaven escrits en aquesta llengua. En aquella època, a l'Imperi romà, les dues llengües s'utilitzaven, encara que el llatí era la llengua que parlava la gent de carrer i els qui coneixien el grec, per tant, acostumaven a ser persones amb una certa formació acadèmica. D'aquesta manera, recalca Hadot (2023b), no ens ha d'estranyar que Marc Aureli escrivís en grec, ja que la llengua de la filosofia a Roma era, normalment, el grec (p. 114). Ara bé, ens podem preguntar per què va escriure en grec si el llibre no volia ser publicat. La resposta és que el llatí, en aquella època, no era una llengua *preparada* per a fer filosofia. Quintilià parlava de diferents filòsofs que sí que van escriure en llatí, com Sèneca o Ciceró, però tot i això, el grec seguia sent la llengua dels filòsofs, com per exemple en el cas d'Epictet que ensenyava en grec la seva filosofia (Pierre Hadot, 2023b, p. 114). Marc Aureli va escriure en grec perquè era la llengua que s'utilitzava per a fer filosofia i ell, que el coneixia perfectament, sabia que en llatí no podia arribar a la profunditat que perseguia.

Així doncs, Marc Aureli escriu les *Meditacions* en grec perquè sap que si no serà difícil arribar a la profunditat que necessita. Aquesta importància que dona Marc Aureli a certes paraules gregues com *hypolépsis* (judici de valor), *kataléptikos* (objectiu, adequat) o *phantasiai* (representacions) mostra com estava profundament immers en la filosofia, que volia expressar-se adequadament a si mateix i que, segons ell, la filosofia no era un simple passatemps, sinó una pràctica molt important (Hadot, 2023b, p. 115). Potser, fins i tot, la pràctica més important que hi ha a la vida.

### 4.4 Exercicis de la física

Després d'haver vist dos exercicis espirituals i la llengua que trobem dins de les *Meditacions*, és interessant que passem a comentar amb més deteniment un exercici espiritual de gran interès i que, com els altres exercicis, és recurrent en l'obra de Marc Aureli: la física.

L'exercici de la física també ha estat comentat per Hadot, en aquest cas, en una conferència de l'any 1972 inclosa en la seva obra *Ejercicios espirituales y filosofía antigua* (2006), on també parla d'altres qüestions de les *Meditacions*.

Per veure d'entrada com s'ha d'entendre l'exercici de la física, cal buscar la mateixa definició que ofereix Marc Aureli: «Cal fer sempre la definició i la descripció de l'objecte, la imatge del qual se't presenti, de manera que es pugui veure tal com és en la seva substància, nu, tot sencer a través de totes les parts que el componen, i repetir dintre teu el nom particular i els noms dels elements que el constitueixen i en els quals un dia es desintegrarà» (III, 11). L'exercici de la física consisteix, doncs, a analitzar el que ens passa definint què és el que ens trobem davant i com es relaciona amb la resta de coses. És un exercici, per tant, que ens serveix per analitzar el que vivim des d'una òptica particular i per donar la importància que es mereix a cada cosa. Hadot (2006) recalca que l'exercici tracta de definir el que ens passa *en si mateix*, i això s'aplica a tot el seguit de coses que formen part de la nostra vida: com l'acte sexual, les paraules que ens diuen els altres o la mort mateixa (p. 118). Si ens imaginem l'acte sexual des d'una òptica totalment natural i física, és únicament la unió de dos cossos qualssevol, i podem veure'l com un acte físic més sense donar-li una importància major de la que té. Aquest exercici de mirar-se les coses *en si mateixes* serveix per no deixar-nos endur per les primeres impressions i perquè puguem mirar-nos-ho de la forma més natural possible, tal com Marc Aureli ens explica: «Quan les coses et semblen més seductores, despulla-les de l'atractiu que les envolta. Observa el seu valor migrat i desvesteix-les de la ficció propagandística que les fa boniques» (VI, 13). Si fem l'esforç per mirar-nos les coses a les quals donem molta importància i les descrivim simplement pel que són veurem com, ràpidament, ens adonarem de la seva simplicitat i podrem reconèixer, després, com la importància ha estat donada per nosaltres. Marc Aureli ens recomana, per tant, que ens allunyem de les representacions instantànies que ens fem de certes coses per tal de *despullar-les* i mirar-les des d'un prisma diferent.

Cal afegir, ens diu Hadot (2006), un altre exercici a més de la descripció *en si mateixa* de les coses, i aquest és la *separació* (p. 119). Cito Marc Aureli: «No apreciaràs un cant seductor, una dansa o un pancraci, si divideixes la melodia de la veu en cadascuna de les notes i et preguntes, una per una, si t'entusiasma, perquè quedaràs desconcertat» (XI, 2). Després de mostrar altres exemples on la separació ens faria veure les coses de manera diferent, prossegueix



tot dient: «Així, doncs, per resumir, tret de la virtut i dels efectes que se'n deriven recorda de descompondre cadascun dels elements i d'arribar, mitjançant l'anàlisi, al menyspreu. I aquest mateix mètode, aplica-te'l a la vida en conjunt.» (XI, 2). Dividir les parts del que se'ns apareix també ens clarifica la mirada, mostrant-nos com hi ha diverses parts de la vida que, vistes fora del conjunt, no són res més que la suma de parts sense importància. Aquest acte també és un exercici útil per a viure el present sense deixar-nos endur per l'acte d'imaginar-nos tota la nostra existència de cop (Hadot, 2006, p. 118-119). El fet de dividir l'instant present en diferents parts fa que siguem més conscients del moment en el qual ens trobem i que el puguem analitzar al màxim, sentint-nos-hi connectats i veient la simplicitat de la vida present. El següent aforisme ho expressa a la perfecció: «Després, recorda que ni el futur ni el passat no et pesen, sinó que sempre és el present el qui t'afeixuga. I això es redueix a ben poca cosa, amb la condició que l'aïllis tot sol i facis retrets al teu intel·lecte, si és que creu que no és capaç de fer front a aquesta nimietat» (VIII, 36). Així doncs, aquest exercici espiritual consisteix a aïllar un moment concret per mitjà del nostre pensament i, després, poder veure'l en conjunt, ja que, com expressa Hadot (2006): «un canto no es sino una mera sucesión de notas, y una vida no es sino una mera sucesión de instantes fugitivos.» (p. 120). D'aquesta manera, Marc Aureli vol fer l'esforç de dividir les parts temporals del temps present per no deixar-se arrossegar per la nostra imaginació que, sovint, ens condueix amb angoixa cap al futur o ens clava una àncora en el passat.

Un altre exercici relacionat amb la física que Marc Aureli exposa és el de distingir únicament els elements més essencials dels fets. Cal recordar, doncs, les diferents preguntes que, segons Marc Aureli, cal fer-se quan se'ns presenta un esdeveniment davant nostre. Hadot (2006) diu el següent:

Cuatro son estas cuestiones, correspondientes a eso que suele llamarse las «categorías» estoicas: ¿Cuál es el elemento material de la cosa? ¿Cuál es su elemento causal? ¿Qué relación tiene con el cosmos? ¿Cuál es su duración natural? Este método tiene como objetivo situar el acontecimiento o la cosa en un horizonte «físico», en el marco general de las ciencias físicas (p. 121).

D'aquesta manera, la intenció d'aquestes preguntes és la de fer-nos mirar amb una perspectiva física els esdeveniments, centrant-nos en les causes i no en els nostres judicis sobre els fets. Marc Aureli diu el següent respecte aquesta qüestió: «Soc un compost d'un principi

causal i d'un de material. Cap d'aquests dos elements no desapareixerà en el no-res, com tampoc a partir del no-res han tingut l'origen. Així, doncs, cadascuna de les parts de què soc compost serà assignada per transformació a una part de l'univers i aquesta part es transformarà en una altra part de l'univers i així fins a l'infinit» (V, 13). Segons Marc Aureli, atès que formem part d'un element causal i d'un element material, és impossible que no patim transformacions en el procés de la nostra existència. El dolor, la mort o la pena no s'han de prendre, doncs, com a quelcom del que haguem de fugir, sinó com una part del procés del qual formem part. No ens podem deslligar del que som, és a dir, de matèria i causalitat, i, per tant, no és possible que escapem de certs fets encara que vulguem, ja que la nostra voluntat no hi juga cap paper. La divisió de distingir els elements més essencials ens proporciona una nova manera d'encarar el dolor i de combatre'l, tot acceptant-lo com a part essencial de la vida. No hem de centrar-nos, diu Hadot (2006), en el que s'anomena «l'èmfasi de l'opinió» (*typhos*) (p. 121). El *typhos* tendeix a valorar els fets que ens ocorren d'una manera molt personal i, fins a cert punt, victimitzadora.

Passant a comentar un altre aspecte de l'exercici de la física, és interessant parlar sobre les representacions que els humans ens fem dels fets, on Marc Aureli ens diu el següent: «No et diguis a tu mateix més de les coses que t'anuncien les percepcions immediates. Això és el que se t'ha anunciat, que una persona et difama, però no se t'ha anunciat que n'hagis rebut cap dany» (VIII, 49). Com podem veure, s'intenta fer una diferenciació entre dos tipus de representacions que formen part dels esdeveniments que ens succeeixen. En primer lloc, tenim la representació que ens fa conèixer els fets i que ens diu com són les coses, però que no hi afegeix res més enllà d'això. És una descripció objectiva, com per exemple: «en Jaume gairebé em dona un cop a la cara amb la pilota». No cal afegir-hi res més. No hi ha lloc per a les valoracions, només per a les descripcions objectives dels fets. En segon lloc, tenim les representacions que s'encarreguen de fer judicis de valor sobre els fets. Aquests judicis, és clar, no seran massa objectius, sinó subjectius, i no descriuran estrictament el que ha passat. De l'exemple que he descrit, «en Jaume gairebé em dona un cop a la cara amb la pilota», se'n pot seguir perfectament una segona representació com: «en Jaume ha llançat amb força la pilota perquè volia fer-me mal i perquè em té enveja des de fa molt de temps». La segona representació no ve estrictament vinculada a la primera, encara que en alguns contextos sí que podem acceptar que la segona representació pugui arribar a ser ajustada, és clar. Però el que Marc Aureli vol destacar no és això, sinó que ens hem de fixar, sobretot, en les primeres representacions i no fer cas de les segones per molt que

ens pugui semblar que la realitat és tal com creiem. Aquest exercici espiritual és físic –en el sentit que s’encarrega dels fets materials únicament i no de les opinions personals–, i vol fer una escissió entre el que és estrictament objectiu, la pilota llançada per part d’en Jaume, de la valoració posterior que se’n pugui fer després. Marc Aureli ho argumenta de la manera següent: «Així, doncs, roman sempre a les primeres impressions i no hi afegeixis res de la teva part i no et passarà mai res. Tanmateix, afegeix-hi alguna cosa com a persona que coneix tot allò que succeeix en el món» (VIII, 49). Marc Aureli no ens vol dir que ens mirem el món amb una gran ingenuïtat i que considerem, com a tal, que les persones mai ens volen fer mal, sinó que el que pretén és que, encara que les representacions que ens fem dels fets puguin ser ajustades, les obviem i ens enfoquem en les primeres. Si aconseguim mirar-ho tot des d’aquesta perspectiva física aconseguirem elevar la nostra ànima i no deixar-nos endur per les nostres segones representacions. Concretament, serem capaços d’elevat la nostra ànima i, si ho aconseguim, assolirem la *hyperphron* (noblesa), canviant el nostre mode de vida cap a un de millor (Hadot, 2006, p. 123). Aquest mode de vida millor, segons Marc Aureli, es defineix de la següent manera: «Viu la vida de la millor manera possible. Aquest poder és a l’ànima, si és que s’és indiferent a les coses indiferents» (XI, 16).

Centrant-nos en el valor que s’atribueix a les coses, pot semblar, a primera vista, que Marc Aureli no doni valor a certs aspectes de la vida, ja que la definició física pot fer-nos ser indiferents respecte de certs aspectes de la vida que no depenen de nosaltres i que, per tant, no ens han d’importar gens ni mica. Hadot posa èmfasi en aquesta qüestió i l’analitza. Hadot (2006) ens diu que el fet que hi hagi coses indiferents no significa que el savi no les apreciï, atès que quan el savi reconeix que hi ha certes coses a la vida que són indiferents això no el condueix cap al menyspreu, sinó cap a l’interès de la voluntat de la naturalesa (p. 125). El savi veu com tals coses indiferents no depenen de la voluntat humana, sinó de la voluntat de la naturalesa. El savi les pot admirar sense preocupació de si depenen o no d’ell. D’aquesta manera, contempla la realitat sabent que hi ha molts aspectes que la integren que no depenen d’ell. Tal com expressa Hadot (2006):

«Circunscribir el presente» supone en primer lugar librar a la imaginación de ciertas representaciones pasionales de rechazo o esperanza, descargándolas así de inquietud o de inútiles preocupaciones, pero sobre todo practicar un ejercicio de verdadera «presencia de

la Naturaleza», renovando a cada instante el consentimiento de nuestra voluntad a la Voluntad de la Naturaleza universal (p. 126).

D'aquesta manera, l'exercici físic és també una contemplació de la realitat. El savi, un cop aconsegueix adoptar aquesta nova mirada, veu familiaritat en el seu entorn, res li és aliè ni estrany. Es veu a ell mateix com a part de la naturalesa, i s'ha integrat en el cosmos en el que habita (Hadot, 2006, p. 127). Segons Marc Aureli, la persona que fa aquest canvi de visió aconsegueix apreciar els efectes que hi ha a la naturalesa: «Així, doncs, si algú té una sensibilitat i una intel·ligència profunda per als fenòmens en conjunt, gairebé li semblarà que no hi ha res que no comporti alguna gràcia especial, fins i tot en aquelles coses que es produeixen com a conseqüència d'unes altres» (III, 2). L'observació del món, això no obstant, tal com diu Hadot (2023a) a *La filosofía como forma de vida*, no serà únicament estètica, d'apreciació del món, ja que també ens ajuda a veure el món sense pensar que nosaltres en som els protagonistes, sinó simples peces insignificants que, igual que milions d'altres coses, l'habiten. (p.150). El fet d'haver pensat que érem els protagonistes del món ens ha dut, en in comptables ocasions, a guerres per creences sense massa justificacions i a multitud de conflictes. De fet, fins i tot en el camp de la ciència encara es cau en la trampa de considerar els humans com els éssers més importants del món encara que, tots ho sabem, si desapareixem la Terra seguirà girant al mateix ritme que sempre. En la ciència actual, trobem postures filosòfiques com el principi antròpic, que defensen que tot l'Univers està estructurat de tal manera que la vida a la Terra, i concretament la vida humana intel·ligent, havia d'existir per una *necessitat*. Marc Aureli ens ajuda amb les definicions físiques, doncs, a no deixar-nos endur per les segones representacions, carregades d'ego, i a mirar-nos el món sense pensar que nosaltres, i les nostres opinions més personals, tenen un paper rellevant dins la realitat.

## 4.5 L'aparent pessimisme que trobem en els exercicis espirituals

Després d'haver vist l'exercici espiritual de la física, és interessant que analitzem una qüestió que hem mencionat quan parlàvem de l'exercici de la imaginació i que ha estat discutida, a saber, l'aparent pessimisme de Marc Aureli. Aquest aspecte de l'obra de l'emperador ha estat

comentada per Pierre Hadot en el mateix capítol del seu llibre *Ejercicios espirituales y filosofia antigua* (2006a), on també parla, com acabem de veure, de l'exercici de la física.

És interessant aquest tema, ja que al llarg dels anys s'han fet diversos estudis on s'han dit diferents coses respecte alguns passatges de les *Meditacions* que tenien, aparentment, un to molt pessimista. Passarem a comentar, doncs, la visió que ens exposa Pierre Hadot sobre aquest fet i com, segons ell, no podem dir amb certesa que Marc Aureli és pessimista en la seva obra. Per tal de veure-ho més clar, pot ser interessant que llegim diferents aforismes que poden semblar, d'entrada, pessimistes. Ho podem veure en el següent aforisme: «Les coses més preuades de la vida són vanes, corrompudes, mesquines, uns cadells que es mosseguen, uns infants que es barallen i que tan aviat riuen com ploren» (V, 33, 2). Sembla ser, segons aquest passatge, que els afers humans són banals i estúpids a ulls de Marc Aureli. Cal afegir, a més, que l'aparent pessimisme de Marc Aureli no només se centra en les activitats que la majoria d'humans fem, sinó també en la vida mateixa, tal com diu: «Ahir un moc fastigós, demà una mòmia o cendra» (IV, 48, 3). Sembla que d'entrada, segons el que hem llegit, els humans som uns éssers que tenim un cos brut i dèbil, que ens preocupem per banalitats i que, a més, la nostra vida és fràgil i curta. Personalment, no sembla que Marc Aureli hagi dit res massa lluny del que tots, més o menys, podem acceptar. Ara bé, sí que és cert que no sembla que tingui massa esperança en els humans.

L'aparent pessimisme de Marc Aureli també s'estén a la seva visió de la història i els seus esdeveniments on, segons ell, sempre hi ocorre el mateix però amb diferents actors: «Així com els espectacles de l'amfiteatre i d'altres llocs semblants acaben per avorrir-te, ja que sempre s'hi veuen les mateixes escenes i la uniformitat fa tornar l'espectacle fatigós, així també deus tenir la mateixa impressió pel que fa al conjunt de la vida, perquè des del principi fins a la fi succeeixen sempre les mateixes coses a partir de les mateixes causes. ¿Fins quan, doncs?» (VI, 46). Com podem reconèixer, molts personatges històrics que ens han precedit no s'allunyen massa dels que tenim actualment ni dels que tindrem, segurament, en el futur, sobretot pel que fa als seus errors. D'aquesta manera, personatges importants que han marcat la història, com Alexandre el Gran, no són més que *actors* que han tornat a sorgir, com Juli Cèsar o altres governants. La història, doncs, sempre cometrà els mateixos errors i, a causa d'això, Marc Aureli es pregunta fins quan la roda seguirà girant de la mateixa manera. Tanmateix, tampoc és massa important el que hagin fet aquest seguit de personatges, ja que tal com expressa, al cap i a la fi, només som humans: «Aviat

no seràs res més que cendra, o un esquelet i un simple nom. O potser ni tan sols un nom. I un nom no és altra cosa que un soroll, un eco» (V, 33). El que queda d'un ésser humà és, doncs, un nom, un soroll, dèbil i sense massa importància. Marc Aureli ens recorda, per tant, que serem engolits pel temps, tal com diu: «És proper el temps en què tot ho hauràs oblidat, tal com ho és el temps en què tu seràs oblidat de tothom» (VII, 21). Com podem veure, tots aquests aforismes tenen una tendència molt pessimista respecte tot el que envolta els humans: les seves activitats, les seves aspiracions, els seus cossos corruptibles, la brevetat de la seva existència, etc. Vist així, les *Meditacions* no ens enforteixen, sinó que ens debiliten recordant-nos com de dèbils i efimers som tots plegats.

D'aquests passatges se n'han fet mil i una interpretacions. S'ha dit que era un escèptic a ulls d'autors com J. M. Rist; que tenia úlceres a l'estómac; que tenia una crisi d'identitat, etc. (Hadot, 2006, p. 115). Tal com ens explica Hadot (2006a): «En opinión de los autores de este artículo, las *Meditaciones* responderían a una necesidad de autoconvencimiento, de justificación ante sus propios ojos» (p. 116). Vist així, sembla que Marc Aureli és un autor pessimista que escriu a causa d'una crisi d'identitat o, fins i tot, a causa d'una úlcera a l'estómac que el fa actuar així. Això ens allunya molt de la imatge que hem presentat en capítols anteriors de l'emperador com un home savi que busca la virtut. Doncs bé, de fet, és un complet error voler fer una anàlisi psicològica de Marc Aureli en les *Meditacions*, atès que no podem considerar aquesta obra com un diari on l'emperador romà escriu les reflexions que ha extret del seu dia mentre té mil i un problemes (Hadot, 2006a, p. 116). No es tracta d'un diari personal on expressa les seves inquietuds i opinions, sinó d'un text que busca canviar-lo. Per tant, quan Marc Aureli fa aquests comentaris no és perquè vulgui fer afirmacions sobre com són els humans i com és de penosa la nostra existència, sinó que es diu això a si mateix per causar-se un impacte. Si escrivís que els humans som bons i sempre prenem bones decisions, no el portaria a cap canvi en el seu interior i, a més, sap que estaria mentint. No tots són dolents, és clar, però ni molt menys tots són bons, i cal tenir-ho present. Ell es diu el que considera que li causarà una major transformació i això no significa que puguem estar d'acord amb el que diu, o que, de fet, pugui pensar-ho ell mateix, però és que el que importa no és això. El que importa, en últim terme, és exercitar el seu discurs interior per mitjà d'aquests aforismes. Tal com remarca Hadot (2006a):

Para comprender en qué consisten las *Meditaciones* hay que conocer el género literario al cual pertenecen y situarlas en el horizonte general de la enseñanza y de la vida filosófica de la época helenística. La filosofía era fundamentalmente, por entonces, una guía espiritual: no se planteaba dispensar una suma de enseñanzas abstractas, sino cierto «dogma» destinado a transformar el alma del discípulo. La enseñanza filosófica, por lo tanto, y por más que lleve aparejada prolongados estudios y largos períodos de reflexión, resulta inseparable del retomo constante a unos dogmas fundamentales que se manifiestan en lo posible por medio de fórmulas tan breves como sorprendentes, en forma de epítome o de catecismo, que el discípulo debe tener siempre presentes en su corazón para recordarlas de continuo (p. 116).

L'escriptura d'aquest llibre, doncs, és un exercici espiritual que Marc Aureli du a terme per assimilar un seguit de principis i regles de vida. Medita sobre diversos temes, com la mort, el cos humà, la història humana i altres aspectes de la vida per tal d'exercitar el seu esperit i sentir-se més connectat amb els principis teòrics. La modificació en la conducta és, doncs, el que vertaderament l'empeny a escriure. També cal dir que dins de les *Meditacions* hi trobem altres exercicis espirituals que ja formaven part de la tradició estoica. Entre ells en destaquen dos: l'examen de consciència i l'exercici de la imaginació –que ja hem comentat abans (Hadot, 2006a, p. 117). Aquests exercicis ja formaven part de la doctrina estoica i van ser utilitzats per Marc Aureli en la seva obra, i si els analitzem podem entendre els aforismes aparentment *pessimistes* de Marc Aureli.

L'examen de consciència és una autoanàlisi que es fa una persona per tal de veure si ha progressat o no en els exercicis autoimposats, valorant les situacions que ha viscut durant el dia i comparant-les amb els principis que segueix i accepta. Per altra banda, l'exercici de la imaginació, com ja hem explicat, vol adelantar-nos imaginàriament a possibles situacions futures desagradables, però aquestes s'han d'interpretar, únicament, com un exercici i no com el que la persona en qüestió creu que passarà. De fet, els somnis poden ser interpretats d'aquesta manera, com un seguit de vivències imaginàries que ens preparen per a situacions futures i, així, el cervell s'ha *exercitat* per si tal situació s'acaba donant. Així, practicar aquests exercicis ens obliga a haver d'afrontar la vida i tot el que ella ens hi passa. Si ens submergim en la fantasia que res ens passarà i que les persones que estimem, per exemple, sempre estaran amb nosaltres, ens estem

enganyant. Tanmateix, que ens submergim en la ignorància sobre aquestes qüestions no fa que no sentim angoixa sobre aquestes qüestions, atès que és inevitable sentir malestar per tals coses.

De fet, el filòsof alemany del segle XX, Martin Heidegger (1889-1976), també parlava sobre el sentiment de l'angoixa davant del no-res, concretament a la lliçó *Qué es metafísica?*, integrada a *Hitos* (2006). Encara que Heidegger és un autor molt posterior a Marc Aureli, podem trobar semblances que també ens ajudin a entendre l'emperador. La principal diferència entre el que ens diu Marc Aureli i el que diu Heidegger és que el primer autor vol que ens hi *posem* –davant el sentiment d'angoixa– de manera voluntària, imaginant-nos la mort dels altres i la nostra pròpia, mentre que el filòsof alemany parla sobre com aquest sentiment, l'angoixa del no-res, ve sol en certs moments de la nostra existència sense que haguem triat tenir aquesta disposició afectiva (Heidegger, 2006, p. 98). Tot i les diferències, ambdós autors ens demanen afrontar la realitat i no evadir-la.

Com hem pogut apreciar, l'anàlisi que hem fet sembla indicar que no podem dir, si més no d'entrada, que Marc Aureli sigui un autor pessimista. Hi ha parts de les *Meditacions* que semblen reflectir un cert pessimisme davant l'existència humana i els seus afers, però, com hem anat explicant conjuntament amb la visió de Pierre Hadot, si ens ho mirem des d'una altra perspectiva, podem veure com aquests aforismes aparentment pessimistes formen part d'un gènere literari en el qual Marc Aureli escriu la seva obra. Marc Aureli procura, doncs, ser conscient de certs aspectes que es troben dins l'existència humana per tal de no caure en trampes que, de fet, ens parem moltes vegades nosaltres mateixos. Així doncs, podem dir que les *Meditacions* ens han de servir d'ajuda, independentment de la interpretació que en fem de l'autor. Tal com remarca Hadot (2006a):

¿Era el propio Marco Aurelio pesimista u optimista? ¿Padeció úlcera de estómago? Las *Meditaciones* no nos permiten responder a semejantes cuestiones. Sólo nos dan a conocer ciertos ejercicios espirituales, tradicionales de la escuela estoica, pero bien poco pueden revelarnos sobre el «caso Marco Aurelio» (p. 129).



## 5. El model filosòfic de Marc Aureli com a ensenyança per a la vida

Després d'haver analitzat les *Meditacions* de Marc Aureli segons la interpretació que en fa el filòsof Pierre Hadot, entenent la filosofia com una transformació de nosaltres mateixos, és interessant mirar d'analitzar el concepte de la filosofia com a mode de vida en el marc de la formació de persones. Marc Aureli és, per tot el que hem dit, un exemple per excel·lència de com la filosofia és, entre altres coses, una forma de viure la vida. La filosofia pot ser, doncs, una formació intel·lectual i espiritual no necessàriament només pels joves, que també la necessiten, sinó per les persones adultes que, encara que no sempre ho creguin, es troben immerses en múltiples preguntes que els fan ballar el cap. La filosofia té el poder d'oferir aquesta formació que, com més endavant citaré, Hilary Putnam ja mencionava l'any 1989, on subscribia que la filosofia era una educació pels adults.

Així doncs, per començar a veure com la filosofia era, i pot ser, una educació per a tothom, és important començar dient que a la Grècia clàssica filosofar era un exercici que no es feia en solitari, com Descartes a la seva cambra, sinó en companyia. Centrant-nos en el corrent estoic, que és on diem que pertanyia Marc Aureli, és interessant el comentari que fa Marcos Santos Gómez en el seu article *La filosofía como pedagogía en el estoicismo tardío romano* (2007) sobre la influència de Sòcrates en la corrent filosòfica estoica. Santos Gómez (2007) diu el següent: «Principalmente, recogieron su consideración de la filosofía como una tarea de naturaleza primordialmente pedagógica» (p. 3). Així doncs, Sòcrates va ensenyar, més que qualsevol altra persona, a educar. D'aquesta manera, els estoics, com Marc Aureli, van considerar que una de les tasques més importants de la filosofia era la d'educar a tothom, tal com havia fet un dels seus inspiradors posteriors, Sòcrates. Aquesta tasca educativa, doncs, es podia fer en companyia d'altres persones, però també de manera autodidacte, com Marc Aureli. Aquesta companyia podia estar configurada per amics, familiars i, sobretot, mestres. Marc Aureli va ser un exemple de com la vida i la filosofia estaven unides i, per tant, la filosofia enriqueix la vida i la transformava. Aquest enriquiment i transformació era, doncs, una educació que es donava Marc Aureli a si mateix essent adult. Com hem explicat abans, les *Meditacions* no van ser escrites perquè algú les llegís, però això no impedeix que nosaltres, en ple segle XXI, les

puguem llegir i que ens serveixin per educar-nos tot i ser, més o menys, adults. Així doncs, a continuació prosseguiré el meu treball tot mirant de presentar una filosofia que Hadot considera com a educadora pels adults i que segueix la mateixa línia de filosofia que feia Marc Aureli, a saber, una filosofia per dirigir el nostre esperit i que respongui, d'una manera o altra, a una de les preguntes més important que ens podem arribar a formular: «com he de viure?».

## 5.1 Filosofar és ensenyar a viure

Pierre Hadot, en el seu llibre *La filosofía como educación de los adultos* (2022), recull el que Hilary Putnam (1926-2016), un destacat filòsof del segle XX, deia en una entrevista feta per *Cogito* l'any 1989. Hadot (2022) el cita explícitament:

La filosofía no se ocupa solamente de cambiar nuestras ideas, aspira también a cambiar nuestra sensibilidad. Los filósofos son, en el mejor de los casos, educadores; no simplemente educadores de la juventud, sino educadores de ellos mismos y de sus pares. Stanley Cavell propuso en cierta ocasión una definición de la filosofía: «la educación de los adultos». Creo que es la definición que más me gusta. (p. 215).

Així doncs, queda clar com Hilary Putnam considera que els filòsofs poden ser educadors i formadors. Segons Hadot (2022), la concepció que defensa Putnam en aquesta entrevista no és majoritària en l'escena de la filosofia contemporània on, tal com diu, l'exercici de la filosofia no ha de buscar, únicament, una construcció sistemàtica de la realitat, sinó construir persones humanes (p. 215). Com podem veure, Putnam defensa que la filosofia no pot estar dissociada de la realitat humana. Aquesta realitat està conformada pel conjunt d'individus que vivim en societat on, sigui amb més o menys compromís, tots hi participem. Per tot el que hem explicat al llarg del treball, la caracterització que fa Putnam de la filosofia no és nova, ja que des de Sòcrates i Plató es buscava influir en les persones per mitjà de la filosofia. Cal remarcar, això no obstant, que tota filosofia és imprescindible, i que les diferents branques del saber sempre són útils i enriquidores, però que, considera Putnam, hi ha una tendència en la filosofia contemporània a no considerar com de màxima importància la filosofia que s'encarrega de l'educació dels ciutadans. Tornant al que comentàvem, podem dir que aquesta concepció de la filosofia ve de lluny. Neix en Sòcrates i Plató, però s'estén fins més endavant, concretament en el segle VI dC, de la mà de Simplicí, un filòsof neoplatònic que va comentar l'obra d'Epictet tot

dient que la tasca de la filosofia és, principalment, la de ser «un escultor d'homes» (Hadot, 2022, p. 216). Què vol dir això? L'ofici del filòsof—sobretot a l'antiguitat— era construir homes i dones i, en definitiva, ciutadans. El filòsof els esculpeix, els configura de manera lliure i amb racionalitat. Aquest és, doncs, l'ofici del filòsof. Hadot (2022) ens recorda el Sòcrates de l'*Apologia* de Plató, on explicava quina havia estat la seva tasca assignada, que no era cap altra que obligar les persones a pensar, a conèixer-se a si mateixes (p. 216). Si anem més endavant cronològicament parlant, també ens recorda la filosofia nietzscheana, que ens deia que vivíem amb diferents màscares sense mai arribar a viure, com es dirà més endavant amb filòsofs com Heidegger i Sartre, de manera autèntica. Així doncs, veiem com filòsofs antics i no tan antics, com Heidegger, consideraven que la filosofia ens ajudava a canviar la nostra manera d'actuar i, en definitiva, el nostre mode de viure. Aquesta tasca del filòsof que ajuda les persones és expressada per Plató en la seva *Carta VII* (331 a-b) i que Pierre Hadot (2022) cita explícitament:

Éste es el estado de ánimo que tengo cuando alguien viene a pedirme consejo sobre uno de los aspectos más importantes de su vida, por ejemplo, sobre la posesión de riquezas o la forma de cuidar el cuerpo y el alma: si me parece que su vida cotidiana ha dado cierto giro o si él parece estar de acuerdo en obedecer mis consejos sobre aquello que me consulta, yo pongo todo mi celo en aconsejarle y no me detengo hasta después de haber cumplido religiosamente con mi tarea (p. 217).

Com podem observar, Plató considera que un dels aspectes més importants de la vida d'algú pot ser analitzat i solucionat —en la mesura del possible— per ell, un filòsof. Cal dir, no obstant això, que el fet de ser filòsof no garanteix res, però aquest fragment sí que ens indica que el filòsof s'ocupa de les persones de qualsevol mena que mostren desorientació. Plató s'esforçava molt, tal com diu, en ajudar a qui li demanés en els afers més importants de la vida. El filòsof ens ha d'ajudar a guiar la nostra existència, sense ordres, però amb consells acurats. En definitiva, ser un *escultor* d'homes i dones, com havia dit Simplicí al segle VI dC. La tradició filòsòfica de l'antiguitat està plena de pensadors que volien ajudar la gent a viure bé, i precisament és del que es queixa Putnam, ja que a la contemporaneïtat s'ha perdut aquesta visió de la filosofia.

Si ens preguntem com ens pot ajudar el filòsof, hem de dir que la resposta és amb la paraula, atès que posseeix un valor terapèutic (Hadot, 2022, p. 218). D'aquesta manera,

mitjançant la paraula, el filòsof pot indicar els errors i les virtuts de l'alumne, fent-lo millorar de mica en mica. L'exercici per excel·lència és el diàleg, que pren molta força amb Sòcrates i que quedarà per sempre més en els diàlegs de Plató. El mestre s'encarregava per mitjà de la paraula de guiar a la persona que volia ajudar perquè visqués d'una manera diferent i millor. El discurs s'havia d'adequar, això no obstant, a la circumstància i, per tant, calia una anàlisi de cada situació, ja que, com hem dit, no es tracta de donar ordres, sinó de donar consells perquè la persona vegi la realitat des d'un prisma diferent. Així doncs, en l'antiguitat l'educació depenia normalment d'un mestre que tenia uns deixebles, com Epicur i el seu Jardí, però també hi havia casos on els mestres no eren necessàriament unes figures d'autoritat. El primer cas és el de Sòcrates, un ciutadà que havia sigut obrer i guerrer i que, per mitjà del diàleg, procurava que els seus conciutadans s'ocupessin més de la seva ànima i no tant d'assumptes com la riquesa o el poder. En Sòcrates, com molt bé ens diu Hadot (2022), hi trobem un mestre que, atès que no sabia res, no es presentava com una figura d'autoritat intel·lectual que calia obeir (p. 219). Un altre cas molt interessant, i que és una mica diferent, és el de Marc Aureli. Ens trobem davant d'un adult que es dona una educació independent de qualsevol mestre. Un adult que es vol transformar, que vol canviar la seva manera de veure la vida i de viure-la. Hi va haver persones com Juni Rústic, o com els avis i pares de l'emperador, que van educar-lo amb molta professionalitat, per tant, tampoc ens trobem davant d'un cas d'autoeducació, però sí que, essent més adult, va voler transformar-se i seguir uns principis i regles de vida per si mateix.

El filòsof Simplicí també concebia l'educació d'un adult cap a un mateix sense necessitat d'un mestre. Tal com remarca Hadot (2022): «La educación es propiamente el enderezamiento del niño que hay en nosotros por el pedagogo que hay en nosotros» (p. 219). Quan ens eduquem, per tant, ja disposem d'un *guia* que ens condueix cap al camí correcte. Som, doncs, un nen que ha de ser educat pel pedagog que duem dins nostre, on el nen representa la nostra part irracional i el pedagog la nostra part racional. No obstant això, aquesta consideració és molt diferent en Putnam i Cavell. Segons aquests dos últims autors, el nen que tots tenim dins nostre no s'ha d'identificar amb la nostra part irracional, sinó ben al contrari. El nen representa, segons Hadot (2022), la nostra curiositat, les nostres ganes de conèixer el món que ens envolta (p. 220). Sovint sembla que el nen s'identifiqui amb la irracionalitat i la ignorància, atès que encara no s'ha format i desconeix la majoria de coses del món. Cal dir, però, que un nen petit mostrarà molta més curiositat pel món que una persona adulta consumida per la feina i les seves obligacions.

Aquesta ignorància i ganes de conèixer el món dels nens s'ha d'interpretar com un afany de saber i, per aquest motiu, fan tantes preguntes, *a priori*, ximples, com per exemple: «per què l'herba és verda, per què el Sol surt cada dia, per què les persones es moren?». Preguntes com aquestes les tenim tots i totes inserides dins nostre, però ja sigui per por a quedar com uns pesats repetitius o com uns ignorants, no ens atrevim, majoritàriament, a fer-les més quan som adults. D'aquesta manera, des del meu punt de vista, els qui ens interessem per la filosofia no som res més que uns adults que no tenen por a preguntar-se qüestions que la majoria de la societat qualifica d'estúpides, però que, això no obstant, li pesen a tothom dins seu. Segons Hadot (2022), fer-nos aquestes preguntes, igual que els nens petits, ens forma i ens educa perquè ens obliga a pensar. Aquests dubtes ens estimulen i són, segons el criteri de Putnam, les que ens porten a preguntar-nos com hem de viure (p. 220). Així doncs, si es considera que la pregunta sobre com hem de viure és la més important, cal dir, per consegüent, que l'exercici filosòfic és una educació pels adults, atès que aconsegueix adaptar-se als adults i guiar-los quan són grans i han de prendre les seves pròpies decisions i orientar-se davant la seva vida.

A continuació, és interessant explicar la distinció kantiana entre els dos conceptes de filosofia que existeixen, i que ens interessa pel que expliquem. En primer lloc, hi ha la filosofia que interessa únicament als especialistes i, en segon lloc, una filosofia que interessa als ciutadans. Segons Kant, doncs, la primera filosofia és l'acadèmica, que té com a objectiu construir teories racionals sobre el món. El filòsof que s'interessa únicament per aquesta filosofia acadèmica s'interessa per una gran quantitat de coses belles, però no estudia la bellesa en si mateixa ni el que les relaciona a totes elles (Hadot, 2022, p. 221). Respecte això, Hadot (2022) diu el següent: «Kant lo traslada diciendo que el filodoxo desconoce la relación del saber con los fines últimos de la razón, es decir, en última instancia la búsqueda del bien y de la sabiduría» (p. 221).

Com podem veure, Kant considera que el filòsof merament acadèmic desconeix el fi últim al qual s'ha d'aspirar filosofant: l'assoliment de la saviesa i la pràctica del bé. De fet, el filòsof acadèmic no és sistemàtic en realitat, tal com remarca Hadot (2022): «En realidad, es por ello que no es verdaderamente sistemático, ya que, quedándose en el plano de la teoría pura y de la sagacidad lógica, no ve que aquello que unifica la filosofía es el interés universalmente humano que anima el conjunto del esfuerzo filosófico» (p. 221). La filosofia que interessa als

ciudadans és la filosofia «còsmica», i aquesta no s'interessa principalment a construir teories sobre el món, sinó que es pregunta: «com he de viure?». Aquesta pregunta, segons el que hem comentat abans sobre Kant, sí que s'interessa en assolir la saviesa i comportar-se segons el bé. Com veiem, i tal com Hadot ha subratllat diverses vegades, els antics van voler construir teories sobre el món, però sovint aquestes servien com a cosmovisió del propi món per a dur a la pràctica una vida determinada. La filosofia com educació pels adults, segons el meu parer, busca precisament que els adults, que han de prendre decisions sobre què volen fer amb la seva vida, siguin capaços d'orientar-se en la seva existència. Amb això no es vol dir que la filosofia que cerca construir teories sobre el món no sigui vàlida, de fet, ho és i molt. Tanmateix, la tasca de la filosofia no pot aturar-se aquí, i necessita que els homes i dones corrents es puguin orientar davant el mar de dubtes i incerteses que ens imposa el fet d'estar vius. Marc Aureli és un filòsof molt important precisament perquè ens ajuda a orientar-nos, a viure segons uns principis per tal de no pertorbar-nos davant les desgràcies que ens apareixen, moltes vegades, per sorpresa. Marc Aureli pot ser un educador pels adults perquè ell, tot sol, aconsegueix buscar uns principis que el guiïn tot i les desgràcies que no depenen de la seva voluntat. La filosofia aconsegueix ser en el seu cas, per tant, una guia en el camí de la vida. Els filòsofs antics buscaven precisament ser uns guies, uns mestres que donessin consells als altres per tal d'ajudar-los a viure, i Hilary Putnam pretén el mateix, i és en aquest sentit que la filosofia és una educació i una formació de persones, independentment de l'edat o la situació de la persona. Immanuel Kant, quan parlava sobre la minoria d'edat en el seu llibre *Què és la il·lustració?*, feia referència també a aquest aspecte del que parlem, on fer-se adult és un procés que requereix esforç i educació, i la filosofia pot ajudar-nos a assolir aquesta maduresa. Com dèiem abans, tots portem dins nostre un nen que busca respostes, ansios per saber orientar-se i, tanmateix, tots posseïm un discurs racional que ha de permetre respondre aquestes preguntes. No es podran respondre totes les preguntes de cop, però, amb el pas del temps, algunes preguntes ja no necessitaran resposta i potser algunes altres preguntes, sense saber-ho, ja s'hauran respost. El que serà de gran ajuda, com és obvi, serà un gran mestre, encara que, com hem comentat, no sigui imprescindible.

Si ens fixem en un dels aspectes més importants a l'hora d'educar mitjançant la filosofia no podem passar per alt el fet d'ensenyar a dubtar. Ensenyar a dubtar és important precisament perquè ensenya a l'alumne, sigui adult o jove, a pensar per ell mateix. Pensar per un mateix és important atès que, si no, l'alumne pot creure's tot el que li diu el seu mestre o, fins i tot, creure

només el que pensa ell, caient en un dogmatisme fútil i estèril. Dubtar és, doncs, la base sòlida i estable per poder adquirir coneixement i saber orientar-se davant la vida, i respectant, sobretot, visions que no siguin afines a les nostres. Segons Hadot (2022), no obstant això, no n'hi ha prou amb respectar el pensament dels altres, ja que tenir educació no és únicament respectar que els altres puguin pensar diferent de mi, ja que ho puc respectar i, tot i això, seguir creient que jo soc l'únic que té raó (p. 224). D'aquesta manera, Hadot (2022) aposta més per un respecte que també incorpori una valoració dels pensaments dels altres, ja que, segons la seva visió, nosaltres sols som molt limitats i necessitem als altres per seguir creixent: «Porque la verdadera madurez es ser capaz de ponerse en el lugar de los otros, no es solamente respetarlos, es liberarse del punto de vista propio que es siempre sesgado y limitado, para situarse en la perspectiva del otro, comprender las razones por las cuales puede pensar de un modo distinto al nuestro» (p. 225). Hadot defensa una educació conjunta, que inclogui tenir en consideració als altres per tal de conèixer què els ha portat a pensar el que pensen. Si realitzem aquest exercici serem capaços de reflexionar sobre les nostres pròpies creences i revalorar-les, trobant-hi errors que abans, a causa del nostre individualisme dogmàtic, no havíem vist ni considerat.

Un altre aspecte molt interessant del que cal parlar és l'universalisme. És important atès que si hem de tenir en consideració les visions dels altres, hi podem reconèixer també les preocupacions conjuntes que compartim. Cada persona podrà tenir una visió diferent sobre com orientar la seva vida o en què creure, però d'aquí se'n segueix, per tant, que tots compartim les mateixes preguntes. Tal com diu Hadot (2022): «Podríamos decir, al parecer, que educarse, hacerse adulto, es “universalizarse”, ponerse en el lugar de los otros, pero al mismo tiempo también resituarse en el universo» (p. 225). L'educació es converteix en un *aprendre a veure* el món amb els altres. Quan observem que els altres comparteixen les mateixes preguntes sobre el món és a causa que tots, essent-se més o menys conscients d'aquest fet, compartim el mateix món que habitem. Aquest món que ens és comú suscita moltes preguntes i tots, conjuntament, ens podem ajudar a veure els diferents racons que una persona sola no podria mai arribar a contemplar.

Com hem vist, Hadot rescata la visió de Stanley Cavell que acull Hilary Putnam sobre la filosofia com una educació pels adults que, com s'ha anat veient al llarg del text, era una concepció que ja existia –i era, de fet, la més estesa– en l'antiguitat. També hem vist com les

consideracions de Kant i la seva diferenciació entre la filosofia acadèmica i la còsmica servien per veure quin tipus de filosofia és millor per tal d'educar els adults i per orientar la filosofia cap als interessos dels ciutadans en allò que més els preocupa. Per últim, cal dir que quan parlem de la filosofia de l'educació no es busca trobar una teoria científica i merament conceptual que expliqui com es poden respondre aquestes preguntes i moltes més de manera definitiva. La filosofia vol proporcionar noves vies, on cada persona haurà d'escollir el seu camí de manera racional, però no necessàriament definitiva. Això és important destacar-ho, i per expressar-ho millor ho faré de la mà del filòsof Joan-Carles Mèlich i del que diu al seu article *Educación y vida cotidiana* (1993). Tal com remarca Mèlich (1993):

Una teoría de la educación, tanto si se presenta desde el punto de vista filosófico como si lo hace desde el tecnocientífico, no puede tener jamás la pretensión de solucionar todos los problemas y enigmas que convergen en su radio paradigmático, en el sentido de Kuhn, sino justamente todo lo contrario. Una teoría debe presentarse como un estímulo generador de problemas, y en ningún caso como el modelo de perfección que es capaz de darles respuesta de forma absoluta. (p. 13).

La filosofia de l'educació ha de ser, doncs, una filosofia que proposi noves maneres d'entendre la formació de les persones independentment, per exemple, de la seva edat i ofici i que busqui, sobretot, la seva llibertat intel·lectual sense imposar idees dogmàtiques sobre què han de fer. Ara tocarà veure, com exposarem a continuació, com Sòcrates és el perfecte exemple de mestre per tal de dur aquesta tasca tan complicada que és la de formar-nos com a éssers humans racionals i autònoms.

## 5.2 Sòcrates com el mestre per excel·lència

Tal com hem vist, la filosofia té una estreta connexió amb la formació de les persones i, si volem conèixer quan va començar a ser així, cal que anem als inicis de la filosofia occidental. Primer va aparèixer la filosofia presocràtica, que estava més enfocada en l'estudi de la física i la naturalesa i, llavors, amb Sòcrates, va agafar una altra direcció, més centrada en la moral, la política i l'educació –òbviament, l'interès per la física no va desaparèixer, ho veiem en Aristòtil, però Sòcrates va significar un canvi radical en la història de la filosofia. Així doncs, aquest últim capítol vol tractar la figura de Sòcrates i del seu paper com a educador mitjançant la filosofia.



Pierre Hadot, amb un capítol dedicat a Sòcrates al llibre *¿Qué es la filosofía antigua?* (1998), voldrà donar un enfocament una mica diferent sobre la filosofia que va dur a terme Sòcrates. Filòsofs com Plató, Epictet o Marc Aureli van ser molt influïts per Sòcrates i, atès que hem tractat amb deteniment el pensament de Marc Aureli, és interessant escriure sobre la figura de Sòcrates i veure com aquest va influir a tantes persones amb el seu tarannà i model filosòfic.

En primer lloc, cal dir que parlar sobre Sòcrates en un sentit històric és complicat, ja que no va escriure res i és difícil saber fins a quin punt coneixem qui va ser amb exactitud. No obstant això, Hadot ens convida a analitzar la seva figura mítica que tant va influir a la filosofia durant tota la seva història. El material del que disposem són els diàlegs platònics i també les obres de Xenofont, així com d'Aristòfanes i pocs altres, però d'aquestes obres no en podem extreure un coneixement fiable sobre qui va ser Sòcrates realment. Un fet innegable, però, és que Sòcrates va influir moltes persones que, posteriorment, van crear les seves escoles filosòfiques. Tanmateix, no totes les escoles van interpretar el missatge socràtic de la mateixa manera. Tal com diu Hadot (1998), totes elles, d'una manera o altra, concorden amb el que ens ha arribat de Sòcrates, sobretot amb el seu model de filòsof, però mantenen algunes diferències (p. 36). Per aquest motiu, no em vull centrar en les influències i les diferències d'opinions que van aparèixer al llarg de la història sobre la filosofia de Sòcrates, sinó que considero més interessant enfocar-me en la seva manera de fer filosofia com a mode de viure i d'educar.

Per tal de poder centrar-nos en el paper educador que va dur a terme Sòcrates, és important conèixer per què va iniciar-lo i quin impacte volia causar. L'explicació la trobem a l'*Apologia de Sòcrates*, diàleg sobre el judici de Sòcrates que va escriure Plató, però que també va ser documentat per altres autors com Xenofont. En aquest diàleg, Sòcrates explica com un amic seu, Querefont, va preguntar a l'Oracle de Delfos qui era la persona més sàvia d'Atenes, i la resposta va ser que era ell. Un cop se'n va assabentar, va creure que l'Oracle havia dit el seu nom atès que ell, almenys, sabia que no sabia res. És a dir, no considerava que posseís un coneixement que no tenia, en contra del que feien tots els altres artistes, sofistes i generals militars que creien tenir molt de coneixement sense que fos així en realitat. D'aquesta manera, ens diu Hadot (1998), Sòcrates inicia la seva aventura dialèctica per tal de descobrir si la resta de persones realment saben o si, contràriament, són ignorants del seu propi desconeixement (p.

37-38). Per fer-ho, utilitzarà la seva ironia característica, dient que no posseeix coneixement i procurant *parir* la veritat amb els qui dialoga amb la tècnica de la maièutica. Així doncs, Sòcrates, considerat com el més savi de tots per l'Oracle de Delfos, no donarà respostes, sinó que serà un interrogador incansable en la recerca de la veritat. Amb aquesta actitud de llevadora revoluciona la concepció de saber que hi havia en la seva època, quan tothom considerava que sabia, de manera il·lusòria, moltes coses (Hadot, 1998, p. 39). Precisament per això Sòcrates va ser un transformador, un agitador, ja que va començar a mostrar a la gent com el que ells entenien per «saber», realment, no ho era. Hadot (1998) explica com Sòcrates es posiciona més enllà dels dos tipus de persones que posseïen saber; es posiciona més enllà dels presocràtics, com Heraclit o Parmènides, ja que ells es distanciaven de la gent de la ciutat amb teories que els ciutadans ignoraven per complet, i també es posiciona més enllà dels sofistes que volien democratitzar el saber aparent entre la gent del poble (p. 39). Així doncs, amb Sòcrates neix un mestre diferent dels que hi havia hagut i, per consegüent, una educació diferent. Aquest nou model educador voldrà fer conscients a les persones que el coneixement és difícil d'adquirir i que cal, per tant, que ens autoexaminem constantment per tal de poder ser conscients de la nostra ignorància. D'entrada pot semblar que aquesta tasca pot ser profitosa només fins a un cert punt, en concret, que la gent sigui més humil. Això no obstant, aquesta tasca socràtica va més enllà d'això, atès que el que vol aconseguir és que la gent pensi per ella mateixa, autònomament, que siguin individus. Els atenencs que encara no han parlat amb Sòcrates creuen saber el que realment no saben i, després d'haver estat interrogats per ell, descobreixen la seva ignorància i això, de fet, porta al fet que els individus prenguin consciència de si mateixos i que reconeguin que la veritat no és quelcom que s'adquireix per mitjà de la repetició de paraules, sinó que ha de ser un procés conscient i individual. D'aquesta manera, Sòcrates *desperta* la persona i li fa veure que és un individu i, per consegüent, que ha d'aprendre a ser el capità del seu propi vaixell, que ha de meditar sobre la seva vida. Sòcrates no donarà unes idees concretes a les persones, sinó que voldrà fer-les conscients de la seva ignorància per tal que, per elles mateixes, les pensin i les adoptin. Tal com explica Hadot (1998), Sòcrates canvia completament la relació entre mestre i aprenent –sigui adult o jove– i transforma, al mateix temps, la concepció de saber que hi havia fins llavors, on l'alumne era un subjecte passiu sense necessitat de massa criteris propis (p. 40).

Relacionant el que hem dit sobre l'educació que ofereix Sòcrates no podem passar per alt un altre fet que comparteix el filòsof atenenc amb Marc Aureli: entendre la filosofia com una manera de viure. L'educació i la filosofia com a mode de vida tenen molta relació, atès que una pot enriquir a l'altra i completar-la. L'educació, si és de qualitat, pot transformar moltes persones en la seva manera de ser i, també, de fer. És el que feia Sòcrates quan practicava la dialèctica amb els ciutadans d'Atenes i és el que feia Marc Aureli quan escrivia les *Meditacions* per a ell mateix. Inevitablement, es pateix una transformació vital després d'haver estat en contacte amb certes idees. Com és obvi, no tothom les acceptarà i les aplicarà, però el que és segur és que no deixarà indiferent a ningú i, per tant, obligarà a repensar-se algunes qüestions encara que d'això, malauradament, no se'n segueixin canvis immediats. Com hem dit en el capítol anterior, i el mateix Hadot remarcava molt, els humans ens volem orientar en la nostra vida, som un vaixell que té un capità, però que no sap a on va. La filosofia no proporcionarà un mapa on el camí estigui ben delimitat, però oferirà un *saber orientar-se*, un *ajustar les veles* davant la mala mar que és, molt sovint, la nostra existència. Per tant, filòsofs com Sòcrates i Marc Aureli ens serveixen precisament per això, per saber orientar-nos davant la nostra vida. A propòsit d'això, és interessant citar un fragment d'un diàleg platònic, el *Laques* (150 d), on un personatge que dialoga amb Sòcrates, Nícies, expressa el que experimenta quan està al seu costat. Hadot (1998) el cita explícitament:

Me parece que ignoras que, si uno se halla muy cerca de Sócrates en una discusión o se le aproxima dialogando con él, le es forzoso, aun si se empezó a dialogar sobre cualquier otra cosa, no despegarse, arrastrado por él en el diálogo, hasta conseguir que dé explicación de sí mismo, sobre su modo actual de vida y el que ha llevado en su pasado (p. 40).

Així doncs, Nícies explica com el simple fet d'estar en contacte amb Sòcrates, de veure'l dialogar i actuar, no deixa indiferent i fa replantejar-te la vida volent tenir cura de la teva ànima. Pierre Hadot també parla sobre el missatge que volia ensenyar Sòcrates en la seva bella obra *Elogio de Sócrates* (2006b). Tal com diu Hadot (2006b): «Para quien se preocupa por su alma, lo esencial no se ubica en las apariencias, en el atuendo o en la comodidad, sino en la libertad.» (p. 65). Sòcrates no ensenya cap teoria concreta, sinó que ensenya a viure lliurement. No d'una

manera determinada, però sí que mostra com el camí per viure bé no és la fama, les aparences, la riquesa ni res per l'estil, sinó la llibertat, que s'adquireix tenint un diàleg interior, és a dir, filosofant. Sòcrates obliga les persones a cuidar-se a si mateixes, a autoexaminar-se. La filosofia socràtica procura que les persones es considerin individus responsables i morals. Tal com remarca Julián Marías (1958): «El yo comenzó casi por no existir o por ser una cosa secundaria en Grecia; el yo, para un griego, era una cosa, con ciertas peculiaridades, pero al fin una cosa más; y los griegos, hombres de ánimo enredado y retorcido, que llevaban la galantería hasta la metafísica, cuando tenían que hablar del yo hablaban en plural y decían nosotros» (p. 302). Donar importància al jo no implica egoisme, sinó ben el contrari. Sòcrates volia que els ciutadans reconeguessin el que era el més important, cuidar l'ànima, i que dediquessin els seus esforços a millorar-la evitant, per tant, perseguir banalitats que ens enlluernen la vista com la fama i el poder i que, per consegüent, visquessin lliurement com a individus capaços de ser bons ciutadans.

Com hem anat veient, Sòcrates va ser un educador innat que va transformar la manera d'entendre el saber i, sobretot, l'existència. Amb ell neix, doncs, un abans i un després en la història de la filosofia; antigament més enfocada en l'estudi de la naturalesa i que passa a centrar-se més en els individus i la ciutat. Aquest és l'anomenat pas de la *physis* a la *polis*. És interessant haver vist com una sola persona que va viure fa milers d'anys, en una ciutat important com Atenes, tot sigui dit, va poder influir tant en el pensament posterior i va marcar un abans i un després en la història de les idees. De fet, el mateix Hadot (1998) creu que Sòcrates és la persona, en termes d'influència històrica a Occident, més propera a la figura de Jesús. Ambdós van ser persones àgrafes, però amb molts deixebles que van donar a conèixer el seu missatge (p. 35). Amb el pas del temps, les escoles socràtiques van tenir un paper important en el pensament filosòfic i es van estendre pel món antic donant a conèixer el missatge del seu inspirador, sense que, com ja hem comentat, aquest fos el vertader. Això, de fet, no importa. El més interessant ha sigut tractar la seva figura, un ideal de filòsof que, per mitjà de les seves paraules i els seus actes, va transformar moltes vides i, encara ara, en segueix transformant. Sòcrates no va ser un autor sistemàtic que va voler construir teories infal·libles sinó que, més aviat, considerava que fer això era pretensions i que no servia de massa res. Això, personalment, és dubtable, però el que sí que puc dir és que Sòcrates va deixar una marca en la història de la filosofia com la persona que

reconeixia la pròpia ignorància i que, tanmateix, perseguia la saviesa com cap altre ésser humà. És l'exemple perfecte del *philo-sophos*, un aspirant a la saviesa, conscient, és clar, de no tenir-la. Marc Aureli també n'és un altre exemple; un aspirant a la saviesa, a l'autocontrol i a la virtut que, per mitjà d'uns exercicis espirituals, ho vol assolir.

## 6. Conclusió

Com hem pogut anar veient al llarg de tot el treball, la filosofia de Marc Aureli no es limita, únicament, a unes bases teòriques que expliquin el món o els éssers humans, sinó que també és, de fet, una filosofia que convida a viure d'una manera diferent de com ho acostuma a fer la gent corrent. Hem volgut posar èmfasi sobre aquest aspecte en aquest treball, atès que és més important del que pot semblar d'entrada. La societat actual se sent perduda, sense guia, i això ja fa temps que es percep, i no és un problema menor. Nietzsche va ser un dels primers que va diagnosticar aquest fet amb «la mort de Déu», on explicava com el nihilisme ens podria acabar ofegant si no fèiem res al respecte. Sembla, no obstant això, amb el que observem dins la nostra societat, que no ho hem solucionat del tot. Algunes coses ens entretenen, però cap ens dona un sentit ple a la nostra vida. Albert Camus, amb la seva obra *El mite de Sísif* (1942), també va voler tractar el tema del sentit que donem a la nostra existència, on la conseqüència d'una manca de sentit pot ser, ni més ni menys, el suïcidi. Com veiem, doncs, diversos autors, ja fa uns anys, van tractar un dels problemes que tenim avui dia com a societat *avançada*. Pierre Hadot no ha de ser considerat com un altre autor que segueixi la línia dels autors citats, però, des de la meua perspectiva, ens pot ajudar, i molt, i així ho he volgut mostrar en el meu treball, a entendre la vida d'una manera diferent. La idea que hem anat explicant de la filosofia com a mode de vida ens ha de servir, precisament, per encarar aquesta manca de sentit i viure la vida de manera autònoma i plena.

A vegades ens sembla que els nostres problemes actuals són molt diferents dels problemes que tenien els homes i dones a l'antiguitat i, en part, és cert. Ara bé, que les situacions històriques i contextuals de les persones canviïn no significa que els seus problemes vitals així ho facin. Marc Aureli procura combatre una sèrie de problemes que, tal com hem anat comentant, no s'allunyen gens dels nostres. Les enveges, les pors, els aires de grandesa, i moltes

altres preocupacions, continuen existint avui dia i, de fet, en una societat tan acomodada com la nostra, poden arribar a ser els nostres *grans* problemes vitals. Així doncs, la intenció d'aquest treball ha sigut, precisament, que veiéssim com els nostres problemes i maldecaps poden ser tractats per un filòsof antic com Marc Aureli. Aquest autor, acompanyat per la concepció de la filosofia de Pierre Hadot, ens ha ensenyat com cal dirigir el nostre ego desmesurat i tractar d'aplicar una sèrie de principis que ens guiïn en la nostra vida. Seguir aquests principis no cal ser interpretat, com sovint s'ha comentat, com una restricció de la nostra llibertat, sinó com una forma d'elevant-nos i de practicar una mena d'ascetisme davant els fets tràgics del món. Maria Antoniacco, en el seu article *Contemporary Forms of Askesis and the Return of Spiritual Exercises* (1998) parla, de fet, sobre aquest ascetisme i tot el que ens aporta. Antoniacco (1998) diu el següent: «That is, askesis brings about a relation to self that allows one not simply to master oneself as a passion-ridden ego and to recognize oneself as part of universal reason, as Hadot had argued; rather self-mastery also brings pleasure and delight in oneself» (p. 11).

Així doncs, per acabar, seria interessant que recordéssim que la filosofia ha tingut, des dels seus inicis, un paper molt lligat als individus que filosofaven, on els diferents filòsofs i filòsofes tenien maneres de ser i de viure ben diferents, normalment vinculades a les seves creences. Aquest aspecte, de fet, ha estat tractat pel filòsof contemporani Peter Sloterdijk, amb el seu llibre *Temperaments filosòfics* (2009). Sembla, no obstant això, que actualment aquesta visió s'ha anat perdent i la filosofia s'ha convertit, per tant, en una disciplina acadèmica com qualsevol altre –no cal dir, és clar, que totes són molt respectables, però la filosofia, al contrari de la gran majoria de disciplines acadèmiques, pot ser una guia vital. Això mateix apuntava el filòsof Hilary Putnam a l'entrevista del 1989, i Pierre Hadot, d'alguna manera, vol reivindicar aquesta manera d'entendre la filosofia. Una filosofia que no abandoni la rigorositat ni la serietat acadèmiques, però que, tanmateix, sigui capaç d'apropar-se a la societat i d'entendre les seves necessitats vitals per tal que puguin assolir una maduresa requerida per a la vida.

## 7. Referències bibliogràfiques

Antoniaccio, Maria. Contemporary Forms of Askesis and the Return of Spiritual Exercises, *The Annual of the Society of Christian Ethics* , 1998, Vol. 18 (1998), pp. 69-92.

Aureli, Marc (2008). *Meditacions*. Llibres de l'Índex.

Aureli, Marc (2004). *Pensamientos. Cartas. Testimonios*. Tecnos

Epictet (2022). *Manual*. Alianza editorial.

Hadot, Pierre (2023). *La ciudadela interior*. Alpha Decay.

Hadot, Pierre (2023). *La filosofía como forma de vida*. Alpha Decay.

Hadot, Pierre (2022). *La filosofía como educación de los adultos*. Alpha Decay.

Hadot, Pierre (2006). *Elogio de Sócrates*. Textos de *me cayó el veinte*.

Hadot, Pierre (2006). *Ejercicios espirituales y filosofía antigua*. Siruela.

Hadot, Pierre (1998). *¿Qué es la filosofía antigua?*. Fondo de cultura económica.

Marías, Julián (1958). *Historia de la filosofía*. Revista de Occidente.

Mèlich, Joan-Carles (1993). Educación y vida cotidiana, *Revista Portuguesa de Filosofia*, , T. 49, Fasc. 1/2, pp. 135-148.

Santos Gómez, Marcos (2007). La filosofía como pedagogía en el Estoicismo tardío romano, *Revista Española de Pedagogía*, vol. 65, No. 237, pp. 317-331.