

22η Διδακτική Ενότητα

Η επιμέλεια του εαυτού

Κείμενο αναφοράς 1: Μάρκος Αυρήλιος, Τὰ εἰς ἑαυτόν, 4.3

α. Εισαγωγικά σχόλια:

Ο **Μάρκος Αυρήλιος** στο **Κείμενο αναφοράς** προβάλλει την **ενδοσκόπηση**, την **καταφυγή στον εαυτό μας** και τον νηφάλιο φιλοσοφικό στοχασμό, ώστε ο άνθρωπος να μπορέσει να ισορροπήσει και **να διαχειριστεί καλύτερα την εξωτερική πραγματικότητα και τις απαιτήσεις της, από τις οποίες κινδυνεύει να χάσει τη γαλήνη και την ευτυχία.**

β. Θέμα:

Η επιμέλεια του εαυτού: Απόσυρση στον εαυτό μας, για να βρούμε γαλήνη, ισορροπία και να ανακτήσουμε δυνάμεις.

γ. Δομικά στοιχεία:

1. Οι άνθρωποι επιζητούν την απόσυρση σε άλλους απομονωμένους τόπους. → Αυτό αποτελεί τακτική των αφελών και αφιλοσόφητων ανθρώπων, γιατί έχουν τη δυνατότητα οποιαδήποτε στιγμή να βρουν αυτό το καταφύγιο στον εαυτό τους.

2. Η ἀναχώρησις πρὸς ἑαυτόν αποτελεί:

- Το πιο πρόσφορο, ήσυχο και γαλήνιο καταφύγιο για τον άνθρωπο.
- Η ενδοσκόπηση προσφέρει «εὐμάρεια» σε όσους διαθέτουν ποιότητα στον εσωτερικό τους κόσμο.

- Εὐμάρεια (νοῦς) = εὐκοσμία (εσωτερική τάξη και αρμονία).

3. **Συμπέρασμα:** Συμβουλή για τακτική απόσυρση εἰς ἑαυτόν και ανανέωση. Τα ευεργετικά αποτελέσματα της εἰς ἑαυτόν απόσυρσης, ἔστω κι αν είναι μικρά και στοιχειώδη:

- Ξεπλένει τη λύπη από την ψυχή.
- Επαναφέρει ευδιάθετο τον άνθρωπο στις υποχρεώσεις του.

δ. Ερμηνευτικά σχόλια:

• Ἀναχωρήσεις αὐτοῖς ζητοῦσιν ἀγροικίας καὶ αἰγιαλοὺς καὶ ὄρη:

Ο **Μάρκος Αυρήλιος** παρατηρεί ότι ο πολύς κόσμος αναζητεί την ευτυχία στην **περιπλάνηση στον χώρο**. Οι περισσότεροι άνθρωποι του καιρού του είναι **εξωστρεφείς** και αναζητούν την ευτυχία στην αλλαγή περιβάλλοντος. Αισθανόμενοι την ανάγκη να «αποδράσουν» από όσα συγκροτούν την καθημερινότητά τους και θέλοντας ουσιαστικά να ξεφύγουν από τον εαυτό τους, αναζητούν νέους προορισμούς, **καταφεύγοντας σε εξοχικά σπίτια και ταξιδεύοντας σε παραλίες και σε βουνά.**

Η ανάγκη των ανθρώπων να αποδράσουν από την καθημερινότητα και η τάση τους να αναζητούν την ευτυχία στην αλλαγή περιβάλλοντος εξηγούνται από τις **ιστορικές συνθήκες**. Κατά την ελληνιστική και ρωμαϊκή περίοδο, σε μια εποχή που η πόλις δεν υπάρχει πλέον, ο άνθρωπος αισθάνεται ανασφαλής και ανέστιος, χωρίς σταθερό σημείο αναφοράς. Αδυνατεί να προσδιορίσει την ταυτότητά του μέσα στη μάζα και, συγχρόνως, νιώθει πως τίποτε -ούτε καν η ίδια η ζωή- δεν μπορεί να θεωρηθεί δεδομένο. Η αίσθηση της αδυναμίας ενισχύεται από το γεγονός ότι ο κόσμος γι' αυτόν είναι αμετάβλητος, παγιωμένος, καθώς κατανοεί πως δεν έχει τη

δυνατότητα να παρέμβει ώστε να τον διαμορφώσει ή να τον αλλάξει. Από το δυσάρεστο αυτό βίωμα επιχειρεί να αποδράσει κάνοντας εκδρομές, αλλάζοντας περιβάλλον και κυνηγώντας νέες εμπειρίες.

Η συμπεριφορά αυτή αποκτά **χαρακτήρα μόδας**, καθώς πολλοί έχουν την οικονομική δυνατότητα να μετακινούνται συχνά και να απολαμβάνουν διάφορα υλικά αγαθά. Η εποχή της βασιλείας του **Μάρκου Αυρήλιου** (161-180 μ.Χ.) και, γενικότερα, η περίοδος της δυναστείας των Αντωνίων υπήρξε εποχή ειρήνης, οικονομικής και πνευματικής άνθησης και ευημερίας. Παρατηρείται συσσώρευση του κόσμου στις πόλεις, στις οποίες η πολυτέλεια των εύπορων τμημάτων του πληθυσμού σε όλες τις εκδηλώσεις του κοινωνικού βίου είναι υπερβολική. Το φαινόμενο λοιπόν που καταγράφει ο **Μάρκος Αυρήλιος** είναι συχνό στα ανώτερα οικονομικά και κοινωνικά στρώματα, ιδίως της Ρώμης και των μεγάλων πόλεων της αυτοκρατορίας.

Όπως θα δούμε στη συνέχεια, ο **Μάρκος Αυρήλιος** πιστεύει ότι η στάση αυτή είναι **αφελής** και χαρακτηρίζει τους ανθρώπους που την υιοθετούν **αφιλοσόφητους**.

• **εἴωθας δὲ καὶ σὺ τὰ τοιαῦτα μάλιστα ποθεῖν:** Η αλλαγή προσώπου από γ' πληθυντικό πρόσωπο («ζητοῦσιν») σε β' ενικό («εἴωθας») ενισχύει το δεοντολογικό και παραινετικό ύφος με αποδέκτη καταρχήν τον εαυτό του (εσωτερικός διάλογος), αλλά και τον αναγνώστη του κειμένου (εξωτερικός διάλογος). Έτσι δημιουργείται ένα ύφος συνομιλίας, στο πλαίσιο της αντίληψης ότι η **φιλοσοφία είναι «τέχνη του βίου»** με πρακτικό χαρακτήρα και με στόχο την ευδαιμονία. Επιπλέον, η χρήση της προσωπικής αντωνυμίας «σὺ» τονίζει εμφατικά την **προσωπική ευθύνη** για την επίτευξη της ευδαιμονίας με βάση τις προσωπικές επιλογές και την προσπάθεια αυτοβελτίωσης.

• **Ὅλον δὲ τοῦτο ἰδιωτικώτατόν ἐστιν:** Αφού περιέγραψε τη στάση που υιοθετούν οι περισσότεροι άνθρωποι, ο **Μάρκος Αυρήλιος** την **αξιολογεί αρνητικά**. Θεωρεί πως η στάση αυτή είναι αφελής, μη συνετή και μη φιλοσοφημένη και πως ταιριάζει μόνο στους **απαίδευτους ανθρώπους, οι οποίοι δρουν επιπόλαιοι, αστόχαστα και παρορμητικά**.

Το επίθετο **ἰδιωτικός** χρησιμοποιείται εδώ με αρνητική σημασία (= άπειρος, αμαθής, αδαής). Η έμφαση που δίνεται στον χαρακτήρα αυτόν εκφράζεται με τη χρήση τόσο του υπερθετικού βαθμού «ἰδιωτικώτατον» όσο και του επιθέτου «ὅλον».

Κατά τον **Μάρκο Αυρήλιο**, ο τόπος δεν είναι ο λόγος της ευτυχίας ή της δυστυχίας μας. Επομένως, δεν είναι ορθό να εγκαλούμε τον τόπο στον οποίο ζούμε για τα προβλήματα που βιώνουμε· αλλού πρέπει να αναζητήσουμε τις αιτίες των προβλημάτων μας, και γι' αυτό **δεν μπορούμε να τα επιλύσουμε απλώς αλλάζοντας τόπο**.

• **ἐξόν, ἧς ἂν ὥρας ἐθελήσης, εἰς ἑαυτὸν ἀναχωρεῖν:** Ο **Μάρκος Αυρήλιος** διατυπώνει την αντιπρότασή του υπογραμμίζοντας (με τη μετοχή σε αιτιατική απόλυτη «ἐξόν», την αναφορικο-υποθετική πρόταση [παρόν-μέλλον] «ἧς ἂν ὥρας ἐθελήσης», την επανάληψη κ.ά.) το παράδοξο της συνηθισμένης συμπεριφοράς των περισσότερων ανθρώπων. Η **ἀναχώρησις** αποτελεί την κεντρική έννοια του αποσπάσματος, η οποία και επαναλαμβάνεται τέσσερις φορές («ἀναχωρήσεις» - «ἀναχωρεῖν» - «ἀναχωρεῖ» - «τὴν ἀναχώρησιν»). Κατά τον **Μάρκο Αυρήλιο**, ο άνθρωπος οφείλει να καταφύγει στον εαυτό του («εἰς ἑαυτὸν ἀναχωρεῖν»).

Η **απόσυρση του ατόμου** από τον κοινωνικό του περίγυρο είναι **διπλή** και επιφέρει αλλαγή του τρόπου ζωής: μπορεί να πάρει **α.** τη μορφή απομάκρυνσης από την κοινωνία και τον κόσμο, αλλά και **β.** τη μορφή μιας πνευματικής-ψυχικής άσκησης, το **ἀναχωρεῖν εἰς ἑαυτόν**. Αυτή η **ενδοσκόπηση** είναι ένας απαραίτητος **αυτοέλεγχος** για την ευδαιμονία και δεν μπορεί να επιτευχθεί, αν το άτομο δεν απομακρυνθεί από το πλήθος.

Η αναχώρηση αυτή δεν είναι μόνο τοπική, δεν σημαίνει απλώς να εκδράμει μακριά από τους άλλους: **δεν πρέπει να αποφεύγει ούτε τον εαυτό του**, όπως κάνει ο καθένας μέσα στο τρέξιμο των καθημερινών ασχολιών του, λένε οι **Στωικοί**. Η **συγκέντρωση στον εαυτό μας γίνεται, γιατί μέσα μας βρίσκεται**, κατά τον **Μάρκο Αυρήλιο**, η **πηγή του καλού**. Γι' αυτό, προτρέπει ο **Επίκτητος** (*Εγχειρίδιον*, 10): «Για οτιδήποτε σου τυχαίνει θυμήσου να γυρνάς στον εαυτό σου και να ψάχνεις ποια δύναμη έχεις για να το αντιμετωπίσεις».

Θα πρέπει να σημειωθεί ότι η έκφραση «**ἀναχωρεῖν εἰς ἑαυτόν**» οφείλει την καταγωγή της στον **Πλάτωνα** και πιθανότατα ανάγεται στον δάσκαλό του, τον **Σωκράτη**, ο οποίος, όπως παραδίδεται στο πλατωνικό *Συμπόσιο*, **συνήθιζε να αποκόπτεται από τα επίγεια και να συγκεντρώνεται στον εαυτό του**. Ο **Πλάτων** στον διάλογο *Αλκιβιάδης Α'* χρησιμοποιεί την έκφραση «**ἐπιμελείσθαι σεαυτοῦ**» (120d), έννοια γύρω από την οποία στρέφεται ο συγκεκριμένος διάλογος, επιβεβαιώνοντας έτσι την άποψη ότι **η αρχαιοελληνική σκέψη ήταν στραμμένη στην επιμέλεια του εαυτού**. Δίπλα, και όχι κατ' ανάγκην αντίθετη στην παράδοση της «επιμέλειας του εαυτού» (που έχει εμφανή πρακτικό-ηθικό χαρακτήρα), βρίσκεται η παράδοση της «γνώσης του εαυτού» - **και οι δυο μπορούν να αναχθούν στον Σωκράτη**. Επομένως, το **γνώθι σαυτόν**, στο οποίο αποσκοπούσε κυρίως κάθε πνευματική αναζήτηση στην αρχαιότητα, δεν υπήρξε ποτέ αποκομμένο από την **ἐπιμέλεια ἑαυτοῦ**.

• **Οὐδαμοῦ γὰρ οὔτε ἡσυχιώτερον οὔτε ἀπραγμονέστερον ἄνθρωπος ἀναχωρεῖ ἢ εἰς τὴν ἑαυτοῦ ψυχὴν**: Η «αναχώρηση στον εαυτό», η ενδοσκόπηση, είναι μια πρακτική που μπορούμε να εφαρμόσουμε αποτελεσματικά, προκειμένου να πετύχουμε την αλλαγή του τρόπου ζωής μας, διότι **προσφέρει στον άνθρωπο ηρεμία, αταραξία στη σκέψη και στο πνεύμα του**. Αυτή ακριβώς η **κατάσταση της αταραξίας και της γαλήνης** είναι ό,τι έχει μεγαλύτερη ανάγκη ο άνθρωπος, καθώς τα εξωτερικά ερεθίσματα δρουν ως περισπασμοί και η συνεχής ενασχόληση με τον εξωτερικό κόσμο διαταράσσει τη γαλήνη του πνεύματος, δημιουργώντας ψυχική ταραχή και αναστάτωση.

Γι' αυτό η στωική φιλοσοφία εισηγείται **μία στάση ζωής που χαρακτηρίζεται από ἡσυχία**, δηλαδή εσωτερική γαλήνη, ηρεμία, αταραξία της σκέψης και του πνεύματος. Γαλήνη και διαρκής ηρεμία είναι τα **χαρακτηριστικά της ευτυχισμένης ζωής**. Αυτά τα συναισθήματα είναι σταθερά και διαρκή, γιατί δεν έχουν τις αφορμές τους σε γεγονότα και καταστάσεις που βρίσκονται έξω από τον άνθρωπο που τα βιώνει. Έτσι, για τον άνθρωπο που ακολουθεί τα διδάγματα της στωικής φιλοσοφίας, τα εξωτερικά γεγονότα με τη μεταβλητότητά τους δεν επηρεάζουν τη σταθερότητα της θετικής στάσης ζωής του.

Επίσης, η καταφυγή εἰς ἑαυτόν **μεταφέρει τον πολυπράγμονα και ανήσυχο άνθρωπο σε μια περιοχή που χαρακτηρίζεται από ἀπραγμοσύνη**, δηλαδή από απουσία έντονης (εξωτερικής) δράσης, η οποία αποτελεί απαραίτητη προϋπόθεση για την νηφάλια σκέψη και την ενδοσκόπηση.

Αυτή είναι άλλωστε η **έννοια του προσωπικού καταφυγίου**: ένας χώρος στον οποίο απορρίπτεται ο άνθρωπος, ώστε με ψυχική ηρεμία, χωρίς εξωτερικούς περισπασμούς, μακριά από τις συνήθειες υποθέσεις της ζωής, να βρεθεί πρόσωπο με πρόσωπο με τον εαυτό του, να αναλογιστεί τις αρχές του, να κάνει τον προσωπικό του απολογισμό, να απαλλαγεί από τα πάθη, που του προκαλούν σύγχυση και ταραχή, να εμπνευστεί από τα διδάγματα και τα παραδείγματα τα οποία θα ενδυναμώσουν τις ηθικές του δυνάμεις. Γι' αυτό, η στροφή εις **ἐαυτόν λειτουργεί ως πνευματική άσκηση που γιατρεύει την αγωνία και οπλίζει τον άνθρωπο με την ικανότητα να αντιμετωπίζει τις αντιξοότητες της ζωής**. Έτσι, ο άνθρωπος κατακτά την **αυτάρκεια** και την **εσωτερική ελευθερία**.

• **μάλισθ' ὅστις ἔχει ἔνδον τοιαῦτα, εἰς ᾧ ἐγκύψας ἐν πάσῃ εὐμαρείᾳ εὐθὺς γίνεται**: Σύμφωνα με τον **Μάρκο Αυρήλιο** (και γενικότερα τη στωική φιλοσοφία), για να μπορέσει το άτομο να ζήσει μια αξιοπρεπή ζωή και να κατακτήσει την ευτυχία, όσο αυτή κρατά, θα πρέπει να στηριχθεί στον εαυτό του. Ο άνθρωπος έχει μέσα στην ψυχή του («**ἐνδον**») τα στοιχεία που θα του εξασφαλίσουν εσωτερική ισορροπία και ηρεμία, αν εγκύψει σε αυτά. «Γιατί, τι άλλο είναι δικό του; Η ιδιοκτησία; Οι συγγενείς και οι φίλοι; Οι γνωριμίες και η φήμη; Τίποτε από όλα αυτά, γιατί τίποτε από αυτά δεν εξαρτάται από εμάς». «**Ὅ,τι χρειάζεται το άτομο, ψάχνει και το βρίσκει στον εαυτό του. Σε αυτόν μπορεί να στηρίξει τη ζωή του, αυτόν επιμελείται, σε αυτόν λογοδοτεί**».

Ο εαυτός μας είναι αυτά τα λίγα που μπορούμε να ελέγξουμε και εξαρτώνται από την έλλογη επιλογή μας: η έφεσή μας προς κάτι, η επιθυμία για κάτι, η αποστροφή από κάτι -τίποτε το εξωτερικό, όπως η φήμη, η περιουσία, τα αξιώματα, οι δικοί μας άνθρωποι, το σώμα μας. **Αυτήν την προαίρεση πρέπει να επιμεληθούμε με τη φρόνηση, ώστε ο εαυτός μας να είναι ελεύθερος και ευδαίμων**.

Αν και βασική αρχή της στωικής φιλοσοφίας είναι ότι ο καθένας έχει εγγενώς την δυνατότητα να σκέπτεται και να ενεργεί με τρόπο ευεργετικό για τον ίδιο και για τους άλλους, **η πνευματική άσκηση μέσω της φιλοσοφίας είναι αναγκαία για να κατακτήσουμε την ευδαιμονία**. Ο ρόλος της φιλοσοφίας είναι να διαμορφώσει κατά τέτοιο τρόπο την ψυχή του ανθρώπου (δηλαδή τον εσωτερικό του εαυτό), ώστε σταθερά και συστηματικά, να μπορεί να αντλεί από τον εαυτό του τα κατάλληλα στοιχεία που θα τον επαναφέρουν σε κατάσταση ισορροπίας και αρμονίας. Επομένως, **επιμελούμενοι τον εαυτό μας, δηλαδή την προαίρεσή μας, διαμορφώνουμε τις κατάλληλες συνθήκες, ώστε να στρεφόμεστε σε αυτόν και να τον αξιοποιούμε ως πηγή γαλήνης και ευδαιμονίας**.

Ο **Μάρκος Αυρήλιος** προσδιορίζει αυτή την εσωτερική-ψυχική κατάσταση με τη λέξη **εὐμάρεια** (ενν. νοός), δηλαδή γαλήνη, ησυχία, ηρεμία, ραστώνη.

• **τὴν δὲ εὐμάρειαν οὐδὲν ἄλλο λέγω ἢ εὐκοσμίαν**: Η πρόταση εξηγεί την έννοια του όρου «**εὐμάρειαν**»: την ταυτίζει με την «**εὐκοσμίαν**», δηλαδή με την **εσωτερική τάξη και αρμονία**. Ζητούμενο του ανθρώπου που βιώνει εξωτερικούς περισπασμούς αλλά και εσωτερικές συγκρούσεις είναι η κατάκτηση της εσωτερικής γαλήνης και της αρμονίας. Η αρμονία αυτή δεν είναι κάτι ξένο προς τον άνθρωπο· αντίθετα, η πραγματική φύση του, η οποία συνίσταται στη λογικότητά του, τον έχει προικίσει με τη δυνατότητα να ζει σε εσωτερική αρμονία με τον κόσμο. Βασική αρχή της στωικής φιλοσοφίας είναι ότι η ανθρώπινη ζωή διέπεται από την

ίδια αρμονία από την οποία διέπεται και ο κόσμος ως ολότητα και η οποία οφείλεται στην ύπαρξη του λόγου. Έτσι, ο άνθρωπος οφείλει μέσω της ενδοσκόπησης και του φιλοσοφικού στοχασμού, να αντιληφθεί τη θέση του στον κόσμο και να οδηγηθεί συνειδητά σε μια γνησιότερη, πιο σοφή και ευτυχισμένη ζωή.

• **Συνεχῶς οὖν δίδου σεαυτῷ ταύτην τὴν ἀναχώρησιν:** Η καταφυγή εἰς ἐαυτὸν δεν πρέπει να γίνεται τυχαία και συγκυριακά, περιστασιακά· πρέπει να αποτελεί μια σταθερή, διαρκή και συνειδητή πρακτική του ανθρώπου, να γίνει στάση ζωής.

Η επιλογή του **ενεστώτα χρόνου** στον οποίο βρίσκονται οι ρηματικοί τύποι της ημιπεριόδου («δίδου», «ἀνανέου»), καθώς και το επίρρημα «**συνεχῶς**», που προτάσσεται για λόγους έμφασης, υπογραμμίζουν τη διαχρονικότητα και της διάρκειας της προτροπής του **Μάρκου Αυρήλιου**.

• **καὶ ἀνανέου σεαυτόν:** Η τακτική της αναχώρησης στον εαυτό ανανεώνει εσωτερικά τον άνθρωπο. Η παρότρυνση «**ἀνανέου σεαυτόν**» μας θυμίζει την άποψη του **Επίκτητου** στην *Επιστολή στον Μενοικέα*, ότι **χάρη στη φιλοσοφία ο άνθρωπος καθώς γερνά διατηρείται νέος στο πνεύμα και στην ψυχή, ξανανιώνει** (πρβ. τῷ μὲν ὅπως γηράσκων νεάξῃ τοῖς ἀγαθοῖς διὰ τὴν χάριν τῶν γεγονότων). Η συνεχής ενασχόληση με τις τρέχουσες υποθέσεις της ζωής καθώς και τα πάθη (τα έντονα συναισθήματα) και οι επιθυμίες μας εξαντλούν, μας φθείρουν ψυχικά-πνευματικά· η επιστροφή στον εαυτό μας μας ανανεώνει.

• **βραχέα δὲ ἔστω καὶ στοιχειώδη ἃ εὐθὺς ἀπαντήσαντα ἀρκέσει εἰς τὸ πᾶσαν λύπην ἀποκλύσαι καὶ ἀποπέμψαι σε μὴ δυσχεραίνοντα ἐκείνοις ἐφ' ἃ ἐπανέρχῃ:** Με ρεαλισμό και ειλικρίνεια, χωρίς ψευδαισθήσεις και απελευθερωμένος από αυταπάτες, ο **Μάρκος Αυρήλιος** παραδέχεται ότι κατά τις στιγμές της ενδοσκόπησης όσα του έρχονται στον νου είναι μικρά και ελάχιστα («**βραχέα καὶ στοιχειώδη**»)· αυτά όμως αρκούν για να αποκαταστήσουν την γαλήνη και την ψυχική ισορροπία. **Ο φιλοσοφικός στοχασμός δεν είναι παραγωγή σύνθετων και πρωτότυπων θεωριών, αλλά προσέγγιση και κατανόηση βασικών αρχών και θεμελιωδών για την ύπαρξη παραδοχών και αντιλήψεων.**

Ο άνθρωπος λοιπόν είναι ωφέλιμο να αντιληφθεί ότι δεν χρειάζεται να είναι κάποια «φιλοσοφική διάνοια». Το ζητούμενο δεν είναι να προσεγγίσει και να συλλάβει βαθιές φιλοσοφικές έννοιες. Τα απολύτως πρωταρχικά και στοιχειώδη (ποιος είμαι, ποια είναι η θέση μου στον κόσμο, ποιοι παράγοντες διασφαλίζουν την ευτυχία κ.λπ.) αρκούν για να οδηγήσουν τον καθένα μας στην ευδαιμονία.

Με τον ίδιο ρεαλισμό αναφέρει ότι η «καταφυγή στον εαυτό» -όσο συνειδητή και σταθερή επιλογή και αν είναι- έχει προσωρινό χαρακτήρα, καθώς σύντομα ο άνθρωπος καλείται (και πρέπει) να επιστρέψει στις υποχρεώσεις και στα έργα του. Η διάκριση ανάμεσα στον εξωτερικό και στον εσωτερικό βίο **δεν υποκρύπτει υποτίμηση** για τον πρώτο. Δηλαδή, η προτροπή του συγγραφέα για καταφυγή στον εαυτό δεν εκφράζει ούτε υποτίμηση για την εξωτερική πραγματικότητα ούτε απογοήτευση και αναχωρητισμό.

Ο **Μάρκος Αυρήλιος**, ως γνήσιος στωικός φιλόσοφος, **δεν φοβάται να αντιμετωπίσει τις εξωτερικές δυσκολίες και δεν λιποτακτεί από τις τρέχουσες υποθέσεις της ζωής**. Παραμένει άνθρωπος της δράσης, τηρεί τα καθήκοντά του χωρίς να δυσανασχετεί, αλλά απελευθερώνεται από την δουλεία τους και **κατακτά την (εσωτερική) ελευθερία του, αξιοποιώντας τη**

δύναμη του πνεύματός του και χρησιμοποιώντας τη φιλοσοφία και την ενδοσκόπηση.

Παράλληλα κείμενα

Παράλληλο κείμενο 1: Πλάτων, *Απολογία Σωκράτους*, 37e-38a

Ο **Σωκράτης** διακηρύσσει το χρέος του ανθρώπου να υιοθετεί συνειδητά στη ζωή του μια **στάση σύμφωνη με τις προσωπικές αξίες του** και όχι απλώς συμβατή με τους ηθικούς κανόνες της κοινότητας, ακόμη και αν η επιλογή αυτή έχει υψηλό τίμημα και τον οδηγεί σε σύγκρουση με την κοινωνία. Επίσης, **δεν θεωρεί αντάξια του ανθρώπου ως ελεύθερου ηθικού όντος, μια ζωή χωρίς ορθολογική αυτοεξέταση και συγχρόνως εξέταση των άλλων** και μάλιστα ανεξάρτητα από την πόλη στην οποία κατοικεί ή από τις εξωτερικές συνθήκες. **Οι απόψεις του Σωκράτη έχουν ομοιότητες με τη στάση ζωής που προτείνει ο Μάρκος Αυρήλιος** στο Κείμενο αναφοράς. Ο στωικός φιλόσοφος εισηγείται τη **στροφή από την εξωτερική πραγματικότητα στον «εαυτό»**. Η ηθική ελευθερία του ανθρώπου -την οποία διεκδικεί ακόμη και μέσα στο δεσμοτήριο ο **Σωκράτης**- κατακτάται, κατά τον **Μάρκο Αυρήλιο**, μέσω μιας φιλοσοφικής **στάσης αυτοεξέτασης και αυτοελέγχου**. Επίσης, κατά τον **Σωκράτη**, αυτή η «εσωστρέφεια» δεν έχει το χαρακτήρα της αποκοπής από τον κόσμο, αφού σε ολόκληρη τη ζωή του **δεν έζησε στο περιθώριο αλλά υπήρξε συνεπής στις ιδέες του**, ο οποίος διδάσκοντας καλούσε διαρκώς τους ανθρώπους στην ενδοσκόπηση και στην αυτογνωσία. **Παρόμοια, κατά τους στωικούς, ο άνθρωπος δεν (πρέπει να) αποσύρεται από τον κόσμο και την εξωτερική δράση· με την «επιμέλεια εαυτού» οφείλει να κατανοήσει «ποιος είναι», προκειμένου να επιστρέψει στα έργα που έχει αναλάβει και να τοποθετηθεί συνειδητά πλέον, με τις επιλογές και τις αποφάσεις του, απέναντι στον εαυτό του και στον κόσμο.**