

Rossella Fabbrichesi

Lettura di Marco Aurelio:
«Pensieri a se stesso»

PRIMO QUADRO:

Volere il dato, non il desiderato

- “Quale può essere allora la nostra scorta? Una sola ed unica cosa, la filosofia. La sua essenza sta nel conservare il demone che è in noi inviolato e integro, superiore ai piaceri e ai dolori, in grado di non compiere nulla a caso...disposto ad accettare gli avvenimenti e la sorte che gli tocca in quanto provengono di là da dove anche egli è giunto”. (*Ta eis eauton*, II, 17).
- “Non cercare di fare in modo che ciò che accade accada come desideri, ma desidera che ciò che accade accada come accade, e il corso della tua vita sarà lieto”” (Epitteto, *Manuale*, 8).

Ethos e daimon

- “La vita felice è la vita che compie ogni cosa secondo l’accordo del *daimon* che è in ognuno di noi con la volontà del governatore dell’universo” SVF III 4.
- Eraclito, DK 119: «*ethos anthropoi daimon*», tradotto solitamente con “Per l’uomo il carattere è il suo demone”, oppure con “Il carattere dell’uomo è il suo destino”. Colli nel testo *La sapienza greca*, III, traduce: “La propria qualità interiore, per l’uomo, è un demone”.
- Il fine della vita, la massima felicità (*eu-daimonia*), è lavorare a costruirsi un carattere (*ethos*), *riconoscendo, affermando, volendo* ciò che in esso è destinato (il proprio *daimon*).

- “Devi amare quel che ti accade per due ragioni: la prima perché è per te che doveva avvenire, per te è stato disposto, e con te stava in un certo rapporto intessuto, indietro nel tempo, con i fili delle cause più antiche; la seconda, perché per colui che governa il tutto anche ciò che tocca singolarmente a ciascuno è fattore che contribuisce alla prosperità, alla continuità e, per Zeus, alla sussistenza stessa... così quando ti senti in contrasto con il tutto tu amputi e in certo modo sottrai.” (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*, V, 8).
- «Diventa ciò che hai appreso di essere» Pindaro, ripreso da Nietzsche

- “Sii come il promontorio, contro cui si infrangono costantemente i flutti. Resta immobile, e intorno ad esso si placa il ribollire delle acque” (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*, IV, 49). “Per questo la mente libera da passioni è un’acropoli; l’uomo infatti non ha nulla di più saldo in cui possa rifugiarsi per divenire per sempre imprendibile” (ivi, VIII, 48); “Cancella la rappresentazione, arresta l’impulso, spegni l’appetito, mantieni in tuo potere il principio dirigente” (ivi, IX, 7). “Separa dalla tua mente ciò che ti turba, ciò che non dipende da te, ciò che gli altri dicono o fanno, se ti rendi come l’empedoclea sfera perfetta e tonda che esulta nella sua circolare solitudine, e se ti impegni a vivere solo ciò che stai vivendo, ossia il presente, potrai trascorrere senza turbamenti, serenamente e in dolce pace con il tuo demone, quel che ti resta fino alla morte” (ivi, XII, 3).

Strategie di resistenza ed elevazione

- 1) è necessario tenere sempre a mente che esistono cose che dipendono da noi e cose che non dipendono da noi. Si deve dunque orientare il proprio desiderio, la propria azione, il proprio assenso solo sulle prime, restando indifferenti alle seconde.
- 2) bisogna impegnarsi a sradicare le passioni, a esercitare sempre la ragione. Non irridere, né compiangere, non detestare, né bramare. Solo comprendere.
- 3) impegnarsi a ricordare che ogni cosa è in sé priva di valore, poiché tutto accade come deve accadere. Solo l'uso delle cose ha importanza e può fare differenza.
- 4) imparare a vivere secondo natura. Ma la natura è trasformazione, divenire ed eterno ritorno. L'etica deve radicarsi nella fisica.

Libertà è comprendere la necessità

- Si dice libera quella cosa che esiste in virtù della sola necessità della sua natura e che è determinata ad agire soltanto da se stessa. Si dice invece necessaria, o piuttosto coatta, quella cosa che è determinata da altro ad esistere e a operare secondo una certa e determinata ragione (Spinoza, *Etica*, Parte I, def. VII).
- La mia formula per la grandezza dell'uomo è *amor fati*: non volere nulla di diverso, né dietro né davanti a sé, per tutta l'eternità. Non solo sopportare, e tanto meno dissimulare, il necessario – ... ma *amarlo*... (F. Nietzsche, *Ecce homo*, p. 56).
- Abbracciare le «ginocchia di marmo della necessità» (R. Besseloff)

O ancora:

Con la sua azione finita, l'agente devia il corso delle cose ma in modo conforme a ciò che questo stesso corso deve essere...

Così si può dire che tramite l'uomo il corso delle cose devia da sé nella deviazione che gli è propria.

- (J.-P. Sartre, L'universale singolare, p. 155)

Epitteto, Manuale, conclusione e rinvio a Cleante

- «Il destino guida chi vuole, trascina chi resiste» (Epitteto 53)
- «O Zeus, o Destino, conducetemi là
- dove avete destinato che io vada;
- vi seguirò senza esitare. E se divenuto malvagio,
- io non voglia, pur dovrò seguirvi» (Cleante, SVF I, 527)
- «Ducunt volentem fata, nolentem trahunt» (Seneca): il fato guida chi lo desidera, trascina chi non lo vuole.
- «A nulla sono costretto, nulla patisco contro voglia, non servo a Dio, ma consento» (Seneca, *De providentia*, 5.6).

Amor fati

- “La terra *ama* la pioggia, la *ama* anche l’Etere venerabile’; e il cosmo *ama* fare ciò che deve accadere. Ora, dico al cosmo: lo *amo* insieme con te. Non si dice anche comunemente che una data cosa ‘*ama* accadere’?” (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*. X, 21. Sott. mie).

E. Barba, (con Nicola Savarese), *Anatomia del teatro*, Firenze, La Casa Usher, 1983; p. 16 (il corsivo è mio).

- In molte lingue europee esiste un'espressione, [...] grammaticalmente paradossale, in cui una forma passiva viene ad assumere un significato attivo e in cui l'indicazione di una energica disponibilità all'azione si mostra come velata da una forma di passività. Non è un'espressione ambigua, ma ermafrodita, somma in sé *azione* e *passione*, e malgrado la sua stranezza è un'espressione del linguaggio comune. Si dice, infatti, <<essere deciso>> [...]. E non si intende dire che qualcosa o qualcuno ci decide, che subiamo una decisione o siamo oggetto di essa. Ma neppure si intende dire che stiamo decidendo, che siamo noi a condurre l'azione di decidere. Fra queste due opposte condizioni scorre una vena di vita che la lingua sembra non poter indicare e su cui volteggia con delle immagini. Nessuna spiegazione ma solo l'esperienza diretta mostra cosa voglia dire <<essere decisi>>.”

Nietzsche: il tutto e la parte

- «Si è necessari, si è un frammento del destino, si appartiene al tutto, si è nel tutto – non c'è niente che possa giudicare, misurare, comparare, condannare il nostro essere, perché questo significherebbe giudicare, misurare, comparare il tutto – *Ma non c'è niente fuori del tutto!*»
- (*Il crepuscolo degli idoli*, p.65)
- «Non c'è nulla da togliere da ciò che è, nulla è trascurabile» (*Ecce homo*, sulla Nascita della tragedia)

SECONDO QUADRO:

La potenza della ragione, la schiavitù delle passioni

- “Cos’è dunque che mi turba? Il mare? No, il mio giudizio” (Epitteto, *Diatriba* 2, 16, 22. “Non sono le cose, ma i giudizi sulle cose che turbano gli uomini. La morte, ad esempio non è niente di terribile (ché altrimenti sarebbe sembrata tale anche a Socrate), ma è veramente terribile il giudizio che circonda la morte, ossia il fatto che la si creda terribile. Quando siamo ostacolati, o turbati, o ci addoloriamo, non prendiamocela che con noi stessi, ossia con i nostri preconcetti” (Epitteto, *Manuale*, 5). “Ricordati che quello che ti offende non è né colui che ti ingiuria, né colui che ti colpisce, ma il tuo giudizio che ti fa pensare che queste persone ti oltraggiano. Perciò, quando qualcuno ti irrita, sappi che è il tuo giudizio di valore ad irritarti” (Ivi, 20).

- “Non permettere alla rappresentazione di svilupparsi e di esporre la serie dei suoi quadri, altrimenti essa ti possiede e ti conduce dove vuole” (Epitteto, *Diatriba*, II, 18,25). “Non daremo mai il nostro assenso ad altro se non a ciò di cui abbiamo una rappresentazione comprensiva: ‘Suo figlio è morto’, ‘Che cosa è successo?’ ‘Suo figlio è morto’. ‘Niente di più?’. ‘Niente’ “ (Epitteto, *Diatriba*, III, 8, 1-6).

- Riceverai un danno solo quando penserai di riceverlo (Epitteto, *Manuale*, 30). Cancella l'opinione: è cancellato il 'sono stato danneggiato'. Cancella il 'sono stato danneggiato': è cancellato il danno (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*, IV, 7). E tra i principi che più devono stare *a portata di mano* quando ti ripiegherai su di essi, vi siano i due seguenti. Il primo: le cose non toccano l'anima, ma stanno immobili all'esterno, mentre i turbamenti vengono solo dall'opinione che si forma all'interno. Il secondo: tutto quanto vedi, tra un istante si trasformerà e non sarà più; e pensa continuamente alla trasformazione di quante cose hai assistito di persona. Il cosmo è mutamento, la vita è opinione. (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*, IV 3) .

Nietzsche interprete di Marco Aurelio

- Quell'imperatore tenne sempre presente la transitorietà di tutte le cose per non dargli troppa importanza e restare tranquillo in mezzo a loro. A me pare invece che tutto abbia troppo valore per poter essere così fuggitivo: io cerco un'eternità per ogni cosa. Si devono forse gettare a mare gli unguenti e i vini più preziosi? La mia consolazione è questa: tutto ciò che fu è eterno, il mare lo rigetta sulla riva
- (F. Nietzsche, *Volontà di potenza*, fr. 1065)

La magica verga di Hermes

- È cattivo il vicino? Sì, per lui: ma per me è buono, esercita la mia moderazione, la mia amabilità... Porta quel che vuoi ed io ne farò un bene. Porta la malattia, porta la morte, porta la miseria, porta l'oltraggio, porta una sentenza capitale; tutto questo diverrà utile con la magica verga di Hermes" (*Diatriba* III, 20, 10-12).

A Overbeck, dicembre 1882

- «Se non riesco a scoprire l'espedito degli alchimisti per trasformare anche questo fango in *oro* sono perduto . – Qui ho la più bella opportunità per dimostrare che per me 'ogni esperienza è utile, ogni giorno sacro e ogni uomo divino'!!! Ogni uomo divino» (Un richiamo a Emerson)

Ecce homo

- Non vedere, non sentire tante cose, non farsene avvicinare – prima accortezza, prima prova che non siamo un caso, ma una necessità. *Gusto* è la parola corrente per designare questo istinto di autodifesa. Il suo imperativo non ci comanda solamente di dire no, quando il sì sarebbe un segno di ‘altruismo’, ma anche *di dire no il meno possibile*. Dividersi, separarsi da ciò che ci costringerebbe continuamente al no...Il difendersi, il non farsi avvicinare è una spesa – non ci si deve ingannare su questo punto -, è uno *sperpero* di forza a fini negativi. Proprio per il costante bisogno di difendersi, si può diventare tanto deboli da non potersi difendere... Come potrei non diventare un *istrice*? - Ma avere aculei è una dissipazione, un doppio lusso, quando siamo padroni di avere non aculei, ma mani *aperte*...
- *Ecce Homo*, «Perché sono così accorto» § 8, p.50.
-

- “Me sventurato, mi è capitato questo” Niente affatto! Se mai: ‘Me fortunato, perché anche se mi è capitato questo, resisto senza provar dolore, senza farmi spezzare dal presente, e senza temere il futuro” (Marco Aurelio, *Ta eis eauton* IV, 49).

Logos-Physis-Pneuma

- “La facoltà razionale è diffusa ovunque e permea chi è capace di attingere da essa, non meno di quanto l’aria permei chi può respirarla (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*, VIII, 54).
- Una sola è la luce del sole, anche se viene divisa da muri, montagne, innumerevoli altri ostacoli. Una sola la sostanza comune, anche se viene divisa tra innumerevoli corpi individuati da specifiche qualità. Una sola è l’anima, anche se viene divisa tra innumerevoli nature e circoscritte individualità (Ivi, XII, 30)
- Gli Stoici chiamano Sostanza la Materia prima di tutte le cose (Diogene Laerzio).

- Gli eventi che precedono sono causa di quelli successivi e tutte le cose sono legate in questo modo reciprocamente, e così nel mondo nulla avviene senza che qualcos'altro ne consegua dipendendo in tutto da esso e essendo legato ad esso come a causa... Da tutto ciò che avviene segue qualcos'altro che dipende da esso necessariamente come da causa (SVF, II, 945)
- Se ci fosse un uomo capace di penetrare la concatenazione di tutte le cause, nulla certo potrebbe restargli sconosciuto. Chi infatti coglie le cause degli eventi futuri, deve necessariamente cogliere tutto ciò che sarà...Come una gomena che si svolga, così il trascorrere del tempo, che non produce nulla di nuovo (SVF II, 944)

Omologoumenos

- “Il fine è costituito dal vivere secondo natura, cioè secondo la propria natura (*daimon*) e la natura dell’universo» (Diogene Laerzio, 788).
- «È dunque felice una vita consona alla propria natura» (Seneca, *De vita beata*, 3)

Divieni ciò che hai appreso di essere

- La mia teoria dice: vivere *in modo tale* che tu debba *desiderare* di rivivere, questo è il compito – e *in ogni caso* rivivrai. Colui al quale l'aspirazione dà il sentimento supremo (*das hochste Gefuhl*), aspiri a qualcosa; colui al quale la quiete dà il sentimento supremo, si acquieti; colui al quale l'inserimento in un ordine, il seguire, l'obbedienza, danno il sentimento supremo, obbedisca. Solo, CERCHI di acquistare la coscienza di CIO' CHE gli dà il sentimento supremo, e non rifugga da *alcun mezzo!* È in gioco l'*eternità!* .
- F. Nietzsche, *Frammenti postumi*, 11 (163), primavera-autunno 1881.

La schiavitù delle passioni

- Chiunque, perciò, avverte in maniera evidente che per l'uomo misura di ogni azione è l'apparenza.... Dunque, chi avverte ciò non s'adirerà con nessuno, non si irriterà con nessuno, non ingiurierà nessuno, non biasimerà nessuno, non odierà né offenderà nessuno (Epitteto, *Diatriba*, I, XVIII. Cfr. anche I, XXVIII).
- Segni che rivelano il progrediente: non biasima nessuno, non loda nessuno, non muove rimproveri a nessuno, non accusa nessuno (Epitteto, *Manuale*, 48)
- Chi teme, soffre o si adira, è uno schiavo fuggitivo (Marco Aurelio, *Ta eis Eauton*, X, 25).

Spinoza e Nietzsche

- Questa dottrina è utile anche nella vita sociale, in quanto insegna a non avere in odio nessuno, a non disprezzare, irridere, a non adirarsi con nessuno e a non invidiare nessuno (Spinoza, *Etica*, P XLIX Scolio, III).
- Né ritengo che valga la pena di dimostrare qui una per una tutte le proprietà della Fortezza, e molto meno che l'uomo forte non ha in odio nessuno, non si adira con nessuno, non è invidioso, non si indigna, non disprezza nessuno e non è minimamente superbo (Spinoza, *Etica*, P LXXIII Scolio)
- *Cosa significa conoscere?. Non ridere, non lugere, neque destestari, sed intelligere!* Dice Spinoza, con quella semplicità e sublimità che è nel suo carattere (Nietzsche, *La gaia scienza*, § 333).

- “Le cose non toccano l’anima.
- Non hanno accesso alcuno all’anima.
- Le cose se ne stanno fuori di noi, ognuna con se stessa, senza sapere nulla e senza affermare nulla su se stesse”, (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*, IV, 3, 10; VI, 52).
- “Per me tutti i presagi sono favorevoli se voglio che lo siano; infatti, qualunque sia l’avvenimento che risulterà da essi, dipende da me trarne beneficio” (Epitteto, *Manuale*, 18).

Prima massima di Epitteto

- “Alcune cose dipendono da noi, altre no. Dipendono da noi le opinioni, il volere, il desiderio, l’avversione e, in breve, quanto è opera nostra; non dipendono da noi il corpo, le ricchezze, la fama, le cariche pubbliche e, in breve, quanto non è opera nostra. Le cose che dipendono da noi sono libere...mentre quelle che non dipendono da noi sono impotenti, schiave, possono subire divieti, non ci appartengono. Sappi dunque che se riterrai libere le cose che per natura sono schiave, e tue quelle che appartengono a altri, ti troverai impacciato, afflitto, turbato, accuserai dei e uomini. Quando si tratta di queste ultime sii pronto a dire. «Non mi riguardano affatto» (Epitteto, *Manuale*, 1).

Impara a guardare da molto vicino

- Riuscirai a disprezzare un canto dolcissimo, e ancora la danza e il pancrazio. Potrai disprezzare una voce melodiosa se la suddividerai nei singoli suoni, e prendendone uno alla volta, ti domanderai se ne sei sopraffatto: ti vergognerai, infatti, di doverlo ammettere. Quanto alla danza, giungerai a disprezzarla attraverso un analogo comportamento, suddividendola in singoli movimenti e posizioni, e lo stesso dicasi per il pancrazio. Insomma, eccezion fatta per la virtù e i suoi effetti, ricorda di puntare subito alle singole parti e, attraverso quest'analisi, di arrivare a disprezzarle, e applica la stessa operazione alla vita nel suo complesso (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*, XI, 2)

Impara a guardare da molto vicino

- Quanto vale, di fronte alle leccornie e ai cibi di questo genere, accogliere la rappresentazione: «Questo è il cadavere di un pesce, quest'altro il cadavere di un uccello o di un maiale»...e a proposito dell'unione sessuale: «è lo sfregamento di un viscere e secrezione di muco accompagnata da spasmo».
- Così bisogna fare per tutta la vita, e, quando le cose ci si presentano troppo persuasive, bisogna denudarle e osservare a fondo la loro pochezza e sopprimere la ricerca per la quale acquisiscono tanta importanza . (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*, VI, 13)

Circoscrivi l'istante presente

- “Circoscrivi l'istante presente del tempo” (Marco Aurelio, *Ta eis eauton*, VII,29). “Chi ha visto l'istante presente, ha visto tutto, sia ciò che è stato dall'eternità, sia ciò che sarà fino all'infinito: perché tutto ha uguale origine e uguale aspetto” (Marco Aurelio, *ivi*, VI, 37)
- “ Non ti deve confondere la rappresentazione della vita intera. Non abbracciare col pensiero quali e quante sofferenze, alla fine, è probabile che avrai dovuto sopportare, ma nel momento in cui ciascuna si presenta, chiedi a te medesimo: - Che vi è mai d'insopportabile, d'intollerabile in questo fatto? – Arrossiresti di vergogna a riconoscerlo. E ricordati che non è né il futuro né il passato ad opprimerti, ma sempre il presente. E questo si riduce di molto se lo isoli nei suoi confini e se metti sotto accusa la tua mente, quando essa non sia capace di resistere a un presente così inerme” (*ivi*, VIII, 36).

Accogli l'attimo

- “Una volta detto sì ad un singolo attimo, abbiamo detto di sì non solo a noi stessi, ma all'intera esistenza. Infatti, nulla sta da solo, né in noi, né nelle cose, e se anche un'unica volta la nostra anima ha vibrato e risuonato come una corda per la felicità, a determinare questo unico evento hanno concorso tutte le eternità – e in quell'unico attimo in cui dicemmo sì, l'eternità intera fu approvata, redenta, giustificata e affermata” (F, Nietzsche, , *Volontà di potenza*, § 1032)