

Sárkány Péter

## Adalékok az önformálás időszerű fogalmához

Az önformálás időszerű fogalmának körvonalazásához a kortárs filozófia életbölcseleti-életművészeti törekvéseit érdemes megvizsgálni. Ebből a szempontból a gyakorlati filozófiában a XX. század 90-es éveitől kezdődően öt releváns tendencia mutatatható ki: a.) Tudatos visszatérés az antik filozófia gyakorlati összefüggéseihez; b.) Az esztétikai-életművészeti vonatkozások megerősödése; c.) A boldogság filozófiai fogalmának akadémiai rehabilitációja; d.) A filozófiai indíttatású pszichoterápiás iskolák elterjedése; e.) A filozófiai praxisnak vagy filozófiai tanácsadásnak nevezett irányzat kialakulása. Az alábbiakban az első három rövid elemzésére és értékelésére vállalkozom.<sup>1</sup> Ennek alapján arra a kérdésre keresem a választ, hogy melyek az önformálás fontosabb filozófiai modelljei és időszerű kutatási témái.

### *Az önformálás interdiszciplináris dimenziói*

A pedagógiában, a pszichológiában és a szociális szakmákban az önalakítás fogalma olyan szakszavakban jelenik meg, mint *önismeret*, *önnevelés*, *önképzés*, *önművelés*, *önfejlesztés*, *önmegvalósítás* és *öngondoskodás*. A képességfejlesztés és személyiségfejlesztés szavak is egyértelműen előfeltételezik az önformálás lehetőségét. Az önnevelés, az önképzés vagy önművelés a pedagógia fontos fogalmai, amelyek feltételezik, hogy a nevelés alanya és tárgya egybeesnek. Az egyén tehát képes mások segítségével vagy a szervezett oktatás igénybevétele nélkül arra, hogy önállóan határozza meg a nevelés, a képzés és a művelődés anyagát.<sup>2</sup> A pszichológiában, elsősorban Abraham Maslow munkásságának köszönhetően, az *önmegvalósítás* fogalmának szintén fontos és igencsak divatos értelmezéseivel találkozunk. Az önmegvalósítás az ember magasabb rendű szükséglete, amely a bennünk lévő lehetőségek kiteljesítésére vonatkozik.<sup>3</sup> Egy empirikusan is vizsgálható „csúcstémény”.<sup>4</sup> A modern pszichológia eszközeivel az önmegvalósító emberek jellemzői is jól leírhatók. A pedagógiai és pszichológiai felfogások mellett a hétköznapi megközelítéshez közelebb kerülünk, amikor az *öngondoskodás* szót halljuk. A szociálpolitika és a szociális munka egyik fontos

---

<sup>1</sup> A tanulmány egy készülőfélben lévő monográfia részleteit tartalmazza.

<sup>2</sup> Az önnevelés fogalmához lásd Durkó 1997.

<sup>3</sup> Vö. Maslow 2003

<sup>4</sup> Uo. 145.

célkitűzése éppen az ember öngondoskodó tevékenységének az ösztönzése. Ehhez társítható a szakmai berkekben sokat hangoztatott elv, hogy segíteni kell az *empowerment*-et, „az emberi képességek felszabadítását és az emberek felhatalmazását arra, hogy cselekedjenek a jólét fokozása érdekében.”<sup>5</sup>

A felsorolt példák világosan rámutatnak arra, hogy a pedagógiai, pszichológiai és társadalomtudományi koncepciók számára egyaránt fontos az önformálás fogalma. Mindenekelőtt antropológiai sajátosságként tekintenek rá, miszerint bizonyos biológiai, pszichológiai és társadalmi feltételek megléte esetén minden ember képes önmagát alakítani. Ezen kívül abban is megegyeznek ezek az elméletek, hogy az egyén önformáló képessége is alakítható, fejleszthető. Sőt az önalakítást képességének tudatos fejlesztése, a segítőszakmák fontos gyakorlati célkitűzése. Nem túlzás tehát azt állítani, hogy az önformálás terén a bőség zavarába kerülünk, hiszen aligha van olyan szakmai elmélet, amely ne támaszkodna az önalakítás valamilyen nyílt vagy rejtett fogalmára.<sup>6</sup>

Az önmagát önállóan és kreatívan alakító egyén eszméje, aki megfelelő érettséggel és kritikai tudattal rendelkezik, a filozófiai hagyomány régi előfeltevése. Ehhez képest, ha a közkezen forgó filozófiai szótárakat és kézikönyveket forgatjuk, az önformálásról aligha kapunk eligazítást. Részletes tájékoztatást olyan fogalmakról kapunk, mint *önismeret*, *öntudat*, *identitás* vagy *önreflexió*. Az *önformálás*, az *önmagunkkal törődés*, az *önkultúra* fogalmai, a fent említett tudományokkal párhuzamosan, csak a XX. század második felétől kezdenek a filozófiai érdeklődés középpontjába kerülni. Tulajdonképpen egy régi-új életbölcseleti szemlélet elterjedéséről van szó, amely a filozófia antik kezdeteinél jelen volt, de az idők folyamán fokozatosan háttérbe szorult.

### Visszatérés az antik filozófiai gyakorlatokhoz

Pierre Hadot filológiai és filozófiatörténeti indíttatású munkái óta került az akadémiai figyelem középpontjába az antik filozófia életet formáló igényének újraértelmezési kísérlete.<sup>7</sup> Hadot jelzi, hogy Paul Rabbow korábbi felfogásával ellentétben ő az antik filozófia gyakorlatait nem kizárólag etikai szempontból értelmezi, amelynek során az ember egy bizonyos erkölcsi viselkedés megvalósítását tűzi ki célul.<sup>8</sup> Számára az antik filozófiai gyakorlatok „a világlátás és a létezés metamorfózisát próbálják megvalósítani, ezért nemcsak erkölcsi, hanem

---

<sup>5</sup> Vö. Somorjai 2006, 6.

<sup>6</sup> A hermeneutikai, rendszerszemléletű és posztmodern pedagógiai és szociális szakmaelméletek egyaránt előfeltételezik a szakember és a kliens önmeghatározásának képességét. A kortárs szociális szakmaelméletek filozófiai szempontú elemzéséhez lásd Sárkány 2013.

<sup>7</sup> Lásd: Hadot 2010

<sup>8</sup> Uo. 63-64.

egzisztenciális értékkel bírnak.”<sup>9</sup> Éppen ezért Hadot meg van győződve arról, hogy ezek az antik lelki gyakorlatok ma is érvényesíthetők, hiszen olyan gyakorlatokról van szó, amelyeknek során az egyes ember megtanul élni, beszélgetni, olvasni és úgymond meghalni.<sup>10</sup> Hadot antik filozófiára vonatkozó állításait több szerző is megpróbálta igazolni, cáfolni vagy éppenséggel az antik filozófiai gyakorlatokat osztályozni. Christoph Horn munkájában például arra a következtetésre jut, hogy – noha eltérő mértékben és a preszokratikus filozófia kivételével – az összes ókori filozófiai irányzat értelmezhető a bölcselet mint életmód paradigmájában.<sup>11</sup> Rabbow tipológiáját követve az alkalmazott módszerek szerint Horn az alábbi antik gyakorlatokat különíti el:<sup>12</sup> a.) *Irodalmi gyakorlatok*. Az írás és olvasás gyakorlása. Erre kiváló példák Marcus Aurelius elmékedései vagy Boethius *A filozófia vigasztalása* című munkája. Ezekben a szerzők sajátosan filozófiai, tehát nem vallási értelemben gyakorolják a lelkiismeretvizsgálatot. b.) *Dialógikus gyakorlatok*: A mester és tanítványok között zajló beszélgetések, mint például Platón dialógusai. Ezek az érvelés képességét hivatottak fejleszteni. c.) *Monológikus gyakorlatok*. A gyakorló filozófus önmagával folytat párbeszédet. Diogenész Laertios életrajzi töredékei alapján Horn arra a következtetésre jut, hogy az ókorban a belső párbeszéd segítségével elérendő öndisztancia és önkritika képességének gyakorlása fontos tananyagként számított. d.) *Imaginatív gyakorlatok*. Ilyen gyakorlat volt például a várhatóan bekövetkező rossz elképzelése, a *praemeditatio futuri mali* (Cicero) vagy éppenséggel annak az elképzelése, amit a bölcselő egyén elérni szeretne. Ezekkel a gyakorlatokkal a filozófus saját beállítódását, fantáziáját és álmait kívánta befolyásolni.<sup>13</sup> Horn szerint a különböző gyakorlatokat szándékaik szerint is lehet osztályozni. Ennek alapján megkülönböztethetünk terapikus, érzékenyítő, morális, intellektuális és spirituális gyakorlatokat.<sup>14</sup>

Miközben az antik gyakorlatok jelentőségével és aktualitásával kapcsolatban a kortárs filozófusok között elég nagy egyetértés mutatkozik, az egyes vállalkozások irányultságukban mégis komoly eltéréseket mutatnak. Ezek az eltérések az antik filozófiai hagyomány eltérő módszertani megközelítéseivel magyarázhatók.<sup>15</sup> Megfigyelhető egyben az is, hogy a különböző rekonstrukciók aktuális filozófiai, vallási vagy éppenséggel politikai kérdésselvetések alapján értelmezik az antikvitásnak a bölcselet és életmód egységét képviselő álláspontját. Aktualit-

---

<sup>9</sup> Uo. 64.

<sup>10</sup> Vö. uo. 12-61.

<sup>11</sup> Horn 2010

<sup>12</sup> Vö. uo. 34-39. A felosztás forrása: Rabbow 1954. Rabbow és Hadot munkásságának összefüggéséhez lásd Kicsák Lóránd jelen kötetben olvasható tanulmányát.

<sup>13</sup> Horn 2010, 38-39.

<sup>14</sup> Vö. uo. 40-49.

<sup>15</sup> Vö. pl. Nussbaum (1994), Wolf (1999) és Horn (2010).

tásuk és népszerűségük miatt a következő pontban az esztétikai szempontú koncepciókat vázolólok.

### **Az életművészet vonzásában**

Foucault a szexualitás történetének szentelt munkája harmadik kötetének a „Törődés önmagunkkal” címet adja.<sup>16</sup> Hadot-ra hivatkozva, ő is az antik filozófia életmódot alakító szerepére hívja fel a figyelmet. Utal Szókratészra, aki a *Védőbeszédben* az önmagunkkal való törődés tanítómestereként jelenik meg. Szókratész arra hívja fel az őt követőket, „hogy ne vagyontokra és megbecsülte-tésükre legyen elsősorban gondjuk, hanem saját magukra és a lelkükre.”<sup>17</sup> Az antik filozófia további fejleményeit kibontva Foucault megállapítja, hogy a törődés önmagunkkal elve később a Szókratésznél még megfigyelhető filozófiai kontextustól eloldódik és egyfajta *önkultúra* formáját ölti. Különböző eljárásokká és módszerekké terebélyesedik:

„Igazából az önismeret valóságos *művészetté* nőtte ki magát, melynek megvoltak a maga pontosan kialakított módszerei, körülhatárolt vizsgálódási formái és szentesített gyakorlatai.”<sup>18</sup>

A *törődés önmagunkkal* elve Foucault-nál valójában nem lesz más, mint a létezés művészete, vagyis az egyéni és a társadalmi életmódok gyakorlatára vonatkozó „életművészet”. Megfigyelhető, hogy Foucault már nem annyira a filozófiai életforma, mint inkább az önmagában vett életmód, életvezetés kerül előtérbe, amit az *életművészet* fogalma foglal össze. Az életformák leírása során az esztétikai megközelítés érvényesül, amely a szexuális szokások elemzésén keresztül, a testgyakorlatokat is hangsúlyozza. Ezzel Foucault teret nyit egy sajátos esztétikai megközelítésnek, amelyet a kortárs német filozófiában Wilhem Schmid és az angolszász filozófiában pedig Richard Schusterman munkássága fémjelez.

Wilhem Schmid szerint az életművészet (*Lebenskunst*) kérdésköre akkor merül fel, amikor az élet nem magától értetődő. Ennek megfelelően az életművésze-ti filozófiát Schmid egy sajátos lehetőségnek határozza meg:

„...törekvés és lehetőség, hogy az életet reflektált módon éljük és ne egyszerűen s tudattalanul feloldódjunk. A filozófia elvezet bennünket a reflektáltságához, nem előíró módon, mintegy a jó élet útmutatásaként,

---

<sup>16</sup> Foucault 2001. Foucault és Schmid felfogásának értelmezéséhez az egyik korábbi tanulmányomból vettem át részleteket (Sárkány 2011).

<sup>17</sup> Uo. 49.

<sup>18</sup> Uo. 65. (*kiemelés tőlem – S.P.*)

hanem mindannak a kibontásával, amelynek az életvezetés szempontjából egyáltalán jelentősége van, választhatóan, lehetőségeket megnyitva.”<sup>19</sup>

Az életművészet filozófiáját számtalan kötetben kidolgozó és népszerűsítő Schmid egyfajta kompendiumnak fogja fel, amelynek segítségével az egyén saját életkérdéseit tisztázhatja. Ezt a vizsgálódások transzcendentális jellege biztosítja, amely az életművészet lehetőségi feltételeit tárja fel és írja le.<sup>20</sup> Ennek lényeges momentuma, hogy életünket úgy kell felfognunk mint műalkotást, az öngondozás vagy az önkultúra értelmében, a táplálkozástól, a szexualitáson és társadalmi életen át egészen az eminens értelemben vett életművészetig, a művészi performance-ig.

Foucault nyomdokain haladva Richard Schusterman az életművészeti megközelítést az analitikus, a pragmatista és a posztmodern filozófia kontextusába helyezi. Meg van győződve, hogy az etika esztétizálása a posztmodern kor tendenciája, amely „jóval evidensebbnek tűnik hétköznapi életünkben és a kultúránkról való köznapi elképzelésekben, mint az akadémikus filozófiában.”<sup>21</sup> Ennek megfelelően az életművészeti filozófiának a hétköznapi életünk elképzelését is figyelembe kell vennie.

„Korunk ünnepektől alakjai nem a bátor férfiak vagy erényes nők, hanem azok, akiket jelentőségteljesen »szép embereknek« neveznek. Kevésbé hajlunk Krisztus követésére, mint Madonna sminkjének és öltözködésének utánzására. Manapság senki sem olvassa a szentek életét okulás és példakövetés céljából, de a filmszillagok életrajzai és a nagyvállalati milliósok sikertörténetei állandó bestsellerek.”<sup>22</sup>

A posztmodern kor egyaránt érinti az etika és az esztétika értelmezését.<sup>23</sup> Schusterman csatlakozik Richard Rorty filozófiájához, aki szerint „az *esztétikai életvitel a személyes tökéletesedés és az önteremtés egy módja.*” A posztmodern filozófia antiesszencialista jellegének megfelelően, Schusterman is arra figyelmeztet, hogy egy sajátos kényszerhelyzet indítja be az esztétikai életvitel igényét:

„Mert ha nincs *valódi énünk*, amit fel kell fedeznünk, és amelynek meg kell felelnünk, akkor a *morális reflexió és a szofisztikáltság* legigérete-

---

<sup>19</sup> Uo. 10.

<sup>20</sup> Vö. uo. 10.

<sup>21</sup> Schusterman 2003, 432.

<sup>22</sup> Uo.

<sup>23</sup> Uo. 430.

sebb modelljei az *önteremtés* és az *önkiteljesítés* lesznek, az *önismeret* és az *öntisztítás*” helyett.”<sup>24</sup>

Tehát az önismeret hagyományos filozófiai koncepciójával ellentétben az *önteremtés* és *önkiteljesítés* nem egy rögzített metafizikai és ismeretelméleti pozíció alapján zajlik, miszerint az önismeret saját magunkra és világunkra vonatkozó racionálisan meghatározott folyamatokban elnyert ismeretek halmazát jelenti, vagyis konkrét helyünk szemlélését a világban mint egészben, hanem egy új tudatosan felvállalt álláspont kivívását, amely lehetővé teszi, hogy az életet műalkotásként fogjuk fel. Az *önteremtés* és *önkiteljesítés* fontos és korábban elhanyagolt aspektusa a testiségre vonatkozó filozófiai reflexió. Ezért Schusterman egy új filozófiai diszciplína, a „szomaesztétika” kidolgozására vállalkozik, amely valóban képes lenne összekötni a filozófiát az élettel. E diszciplínán belül elkülöníti a testiséget leíró „analitikus szomaesztétikát”, a testisége normatív vonatkozásait leíró „pragmatikus szomaesztétikától”, amely a test tökéletesítésének szabályaival foglalkozik, valamint a konkrét gyakorlatokra koncentrááló „gyakorlati szomaesztétikától.”<sup>25</sup>

Az életművészeti tendenciák tehát az önformálás kreatív vonatkozásait emelik ki, amelyek jórészt eloldódnak az antik filozófia azon normatív (aszketikus és sztoikus) aspektusaitól, amelyek a szenvedélymentességet, az érzelmektől és általában a testi örömeiktől való önmegtartoztatást tartották a filozófiai életmód alapvető sajátosságának.

### **A boldogság mint életmód**

A kortárs filozófiában a 90-es évektől kezdődően a boldogság filozófiai elemzése újból előtérbe került. Számos akadémiai szempontból is releváns mű arról tesz tanúbizonyságot, hogy a boldogság fogalmát a filozófusok egyre komolyabban veszik. A boldogság tanulmányozásának szentelt munkák közül a továbbiakban Annemarie Pieper, Dieter Thomä és Martin Seel felfogásait ismertetem.

A Baseli Egyetem tanára, Annemarie Pieper a boldogság hétköznapi értelmezéseiből indul ki. A boldogság különböző dimenzióit vizsgálva (*fortuna, felicitas, beatitudo*), arra a következtetésre jut, hogy ez a fogalom csak közvetett módon határozható meg, mégpedig a különböző életformák elemzése révén.<sup>26</sup> Az életforma egyéni ön- és életfelfogásban testesül meg. Innen nézve a boldogság az életforma értelmének bizonyul.<sup>27</sup> A különböző életformák jól tipologizál-

---

<sup>24</sup> Uo. 439.

<sup>25</sup> Vö. uo. 486-493.

<sup>26</sup> Pieper 2003, 32-33.

<sup>27</sup> Uo. 37.

hatók. E típusok leírása során kiderül, hogy mit lehet egy bizonyos életforma keretén belül boldogságnak nevezni. Pieper vállalkozása nagyrészt erre a feladatra összpontosít. Elkülöníti a különböző életformákat és ezeknek az elemzéséből egy-egy boldogság fogalmat ír le. Ennek megfelelően az esztétikai életforma az érzéki boldogságot, a gazdasági életforma a kiszámítható és haszonközpontú boldogságot, a politikai életforma a stratégiai alapokon nyugvó kollektív jóra összpontosító boldogságot, az erkölcsi életforma a klasszikus görög *eudaimonia* fogalmának megfelelően az erényes életben megvalósuló boldogságot, az etikai életforma a szenvedélymentes boldogságot és végül a vallási életforma a kontemplatív-metafizikai értelemben vett boldogságot részesíti előnyben.<sup>28</sup> Pieper nem kizárólag az egyes életformák sajátosságait írja le, hanem, az egyoldalúságok kimutatásának érdekében, kritikákat is megfogalmaz. Hangsúlyozza ugyanakkor, hogy ezek az életformák és a hozzájuk rendelhető boldogságkoncepciók nem különíthetők el élesen egymástól, hiszen az egyén tényleges életformája ezeknek a megközelítéseknek az egyvelegeként fogható fel. Az életformák közötti különbségeket, a hagyományos értelmezéssel összhangban, az érzéki és a szellemi boldogság eltérő mértékével magyarázza.<sup>29</sup>

A Szt. Galleni Egyetem tanára, Dieter Thomä a boldogság modern fogalmának sajátosságaira koncentrálna.<sup>30</sup> Igyekszik cáfolni az utópistáknak, az aktivistáknak, a moralistáknak és a funkcionalistáknak a boldogság lehetőségével szemben megfogalmazott kritikáit. Alapvető törekvése egy olyan boldogságfogalom leírása, amely a modern világ jellemzőinek megfelel. Thomä szerint a boldogság mindig egy konkrét életvilág tapasztalati horizontjának figyelembevételével határozható meg.<sup>31</sup> Az önformálás filozófiai fogalmát feszegető jelenlegi tanulmány szempontjából igen figyelemreméltó a német szerzőnek az élettörténet filozófiájának szentelt kötete, amelyben az élet és az elbeszélés strukturális egységét elemzi.<sup>32</sup> Az élettörténet elbeszélése önmagunk (*Selbst*) konstitúciójának közegét képezi.<sup>33</sup> Thomä az elbeszélésben megnyilvánuló önkonstitúció négyféle változatát különíti el, amelyek végső soron az önformálás különböző megvalósulásainak tekinthetők:<sup>34</sup> 1.) Kierkegaard, Habermans és Rawls filozófiája alapján az „önfelelősséget” (*Selbsverantwortung*) az „önmeghatározást” (*Selbsbestimmung*) és „önmegvalósítást” (*Selbsverwirklichung*); 2.) MacIntyre filozófiája alapján az „önmegvalósítást” (*Selbtsfindung*); 3.) Nietzsche és Rorty felfogásainak elemzése

---

<sup>28</sup> Uo. Pieper az életformákat önlő fejezetekben tárgyalja.

<sup>29</sup> Uo. 37.

<sup>30</sup> Thomä 2003.

<sup>31</sup> Vö. Fellmann 2009, 158.

<sup>32</sup> Thomä 2007

<sup>33</sup> Uo. 139.

<sup>34</sup> Thomä 2007

révén az „önteremtést” (*Selbsterfindung*); 4.) Arisztotelész-t és Rousseau-t követve pedig az „önszeretetet” (*Selbstliebe*).

Martin Seel a boldogság (*Glück*) formális fogalmának szentelt tanulmányában a boldogság és morál összefüggését kutatja.<sup>35</sup> Arra a kérdésre keresi a választ, hogy a modern individuum mennyiben képes összeegyeztetni a morális indíttatású cselekvést és a boldogságorientált tájékozódást.<sup>36</sup> Az epizódikus és az átfogó boldogságfogalom elkülönítése után a jó élet formáit és az ezeknek megfelelő boldogságfogalmat írja le. A kívánságnak/vágyakozásnak teleológiai, a beteljesült pillanatnak esztétikai, a sikeres önmeghatározásnak pedig folyamat-szemléletű boldogságfogalom felel meg.<sup>37</sup> Seel munkájában kimutatja, hogy a boldogság formális fogalma nem támaszkodhat kizárólag az önmeghatározás aspektusára. A sikeres önmeghatározás tulajdonképpen a világra nyitott beállítódás révén valósulhat meg. Ennek megfelelően a boldogság formális telosza a „világra nyitott önmeghatározás” (*Weltoffene Selbstbestimmung*).<sup>38</sup> A boldogság formális meghatározása mellett Seel a boldog, a jó élet tartalmi dimenzióit is vázolja: munka, társas kapcsolatok, játék és szemlélődés.<sup>39</sup> Ezeknek a dimenzióknak az elemzésével Seel még jobban alátámasztja vállalkozásának antinormatív jellegét.

A fent sommásan összefoglalt felfogásokból az alábbi három közös vonás emelhető ki: a.) Mindhárom koncepció a boldogság fogalmát és konkrét gyakorlati lehetőségeit az életmód összefüggésében elemzi. b.) Formális, vagyis nem előíró és a modern filozófiafelfogásnak megfelelő boldogság-meghatározást dolgoznak ki. c.) Az életforma, az életvilág vagy a világra nyitott önmeghatározás hangsúlyozásával mindhárom filozófus életbölcseleti megközelítést képvisel, és ezzel közel kerülnek a korábban elemzett szerzőkhöz.

#### *Modellezés, kritika, lehetséges kutatási irányok*

A tanulmány célkitűzésének megfelelően az alábbiakban az életbölcseleti filozófiák modellezési lehetőségére, kritikájára és az elmélyültebb kutatást igénylő fogalmak vázolására térek rá.

A fent röviden felidézett szerzők által képviselt felfogások modellezésére többféle lehetőség adódik. Az egyik lehetőség a filológiai-történeti szempontú modellezés, az a mód, ahogyan az egyes szerzők az antik hagyományhoz közelítenek. A másik lehetőség, hogy koncepciózusosan a kortárs életbölcseleti filozófiákat az antik, a modern és a posztmodern gondolkodás jegyei alapján különítjük el. Ezen kívül adódik az a lehetőség is, hogy az életbölcseleti filozófiákat a

---

<sup>35</sup> Seel 1994

<sup>36</sup> Uo. 49.

<sup>37</sup> Vö. uo. 87-124.

<sup>38</sup> Uo. 136.

<sup>39</sup> Vö. uo. 138-176.



különböző módszertani irányzatok alapján osztályozzuk. Mivel az önformálás időszerű fogalmának gyakorlatközpontú körvonalazására törekszem, számomra fontosabb egy általánosabb módszertani szempont érvényesítése. Ezt pedig Schusterman értelmezéséből veszem kölcsön, aki szerint az önmagunk jobbítására a hagyomány kétféle modellt kínál: Az orvosi tevékenység analógiájára felfogott önmagunk jobbítását célzó *terapikus* modellt és önmagunk tökéletességére törekvő *esztétikai* modellt.<sup>40</sup> Az első az életmódként felfogott filozófiát a lélek gondozásaként fogja fel. Ahogy az orvos a testi betegségek elhárításáról gondoskodik, úgy az életét a bölcséletnek szentelő ember a lélek gondozásában részesül.<sup>41</sup> Az esztétikai modell a szép életre irányuló akaratot helyezi előtérbe, amelyben az élet maga is egy esztétikai értelemben értékelhető produktum. Mindkét modell gyökerét Platón dialógusaiban találjuk meg. Az orvosi-terapikus modell elsősorban Kritiász, Kratülosz, Gorgiász és az Állam dialógusaiban érvényesül. Az esztétikai modell legkidolgozottabb változatával pedig a Lakoma gondolatmenetében találkozunk.<sup>42</sup> E két modell alapján aránylag egyszerűen tipologizálhatók az antik filozófiai gyakorlatokra hivatkozó kortárs szerzők.<sup>43</sup>

A modellek következetes elkülönítését legalább három szempontból tartom lényegesnek:

a.) Ennek alapján világosabban értelmezhető a konkrét életbölcseleti felfogás kapcsolódása a hagyományos filozófiai diszciplínákhoz (ismeretelmélet, etika vagy esztétika).

b.) Megkönnyítik a gyakorlati filozófia diskurzusát a különböző tudományos és művészeti irányokkal. Az orvosi-terapikus modell alapján például az önformálás filozófiájába könnyebben bevonhatók azok a filozófiai indíttatású pszichoterápiái és pedagógiai irányzatok is, amelyek végső soron tovább ápolták a bölcséletnek mint életmódnak a hagyományát.<sup>44</sup>

c.) A modellek elkülönítése alapján az alkalmazott etika területéhez tartozó filozófiai praxis vagy filozófiai tanácsadás elméleti-módszertani háttere is jobban tisztázható. Hiszen a konkrét gyakorlat során egyáltalán nem mindegy, hogy melyik aspektus kerül előtérbe.

---

<sup>40</sup> Vö. Schusterman 1997, I. fejezet.

<sup>41</sup> A lélek gondozásához és a filozófia sajátjaként értelmezett „gondolkodás gondozásához” lásd Sárkány 2008.

<sup>42</sup> Uo.

<sup>43</sup> Rabbow és Hadot az antik filozófiai gyakorlatokat elsősorban a terapikus aspektusok felől közelíti meg. Ezt az irányt követi a kortársak közül Nussbaum (1994), Wolf (1999) vagy a már tárgyalt Horn (2010). Ehhez képest az antik gyakorlatokhoz esztétikai szempontból közelít: Foucault (2001), Schmid (1998) és Schusterman (2003).

<sup>44</sup> A tanulmány elején említett tendenciák közül a filozófiai indíttatású pszichoterápiás iskolákat és a filozófiai praxis/tanácsadás irányzatot ebben a tanulmányban nem elemzem. Ehhez lásd: Sárkány 2008.

A két modell egyértelmű elkülönítése kivitelezhetetlen, hiszen az egyes felfogásokban az egyik a másikra utal. Ezért kifejezetten kívánatos lenne a két modellt az önformálás változataiként értelmezni. Egy szintetizáló törekvést képviselne véleményem szerint a pedagógiai megközelítés, amely jól egyesíti a két modell előnyös aspektusait. Az orvosi modellből nem veszi át a diagnosztikus elemeket, és a jóra és a szépre irányuló törekvéseket egyaránt üdvözli, vagyis a nevelés testi, etikai és esztétikai dimenzióit szerves egységben kezeli. A pedagógiai nevezhető modell az önformálás során a mentális aktusokban és a testi gyakorlatokban egyaránt kifejezésre jutó személyiségfejlesztésre koncentrál.<sup>45</sup>

Az életbölcseleti irányzatokkal szemben számos kritikát fogalmaz meg a szakirodalom. Az önformálás időszzerű fogalmának vázolása és egy, a gyakorlati filozófia számára is releváns módszertan kidolgozása érdekében ezeket a kritikákat érdemes komolyan venni. A szakirodalomra támaszkodva, három fontos kritikát emelek ki, amelyeket elsősorban az esztétikai felfogásokkal szemben fogalmaztak meg, de a fent tárgyalt kortárs életbölcseleti tendenciák mindegyikére vonatkoztatható:<sup>46</sup>

a.) Az életművészeti filozófiák naiv autonómia fogalommal operálnak. Egy technikai értelemben vett individuum koncepcióból indulnak ki, aki képes a saját életvezetését befolyásolni, uralni, alakítani. Ehhez képest a tapasztalat és a filozófiai hagyomány arra figyelmeztet, hogy az ember korlátozott autonómiával bír saját életének alakítása során. Nem képes minden további nélkül kezébe venni életét.

b.) Az életművészeti filozófiák az élet és a cselekvés kapcsolatát félreértik, hiszen az élet nem alakítható technikai értelemben. Az életművészeti filozófiák az életet nem gyakorlatként, hanem előállításként értik: uralható poiézis. Ezzel szemben az élet nem egy olyan mű, ami előállítható.

c.) Az életművészet- filozófiák az életet cselekvésként értelmezik. Az élet nem olyasmi, amit lehet tudni vagy nem tudni (*Können*). Dieter Thomä megfogalmazásában az életet nem lehet nem tudni. Ezért az életművészet nyelvjátékának nincs értelme.<sup>47</sup>

A megfogalmazott kritikák szerintem csak részben jogosak. Ennek az állításnak az alátámasztása érdekében azt a két fogalmat emelem ki, amelyeknek további kutatása elengedhetetlennek tűnik az önformálás időszzerű fogalmának körvonalazásához.

1.) *Szabadság*. Pontosabban: *A belső szabadság mint az önmagaság lehetősége*. Az első kritika naiv autonómia- és szubjektumfelfogásra utalt. Véleményem szerint azonban a korlátlan szabadság posztulátuma elég távol áll az életbölcseleti filozófiák képviselőitől. Mindenekelőtt éppen Foucault- val szemben

---

<sup>45</sup> Az antik gyakorlatok pedagógiai értelmezéséhez lásd pl. Rabbow (1960) munkáját.

<sup>46</sup> Az életművészet sokoldalú kritikájához lásd Kersting / Langbehn 2007.

<sup>47</sup> Thomä 2007, 242

igazságtalan a kritika, hiszen az önkultúra késői koncepciója aligha értelmezhető korábbi filozófiájának szubjektumfogalma nélkül. Foucault etikai fordulata éppen a mindenkori alávetettséggel szembeni állásfoglalásként értelmezendő. A posztmodern felfogást valló Rorty és az őt követő Schusterman is arra mutat rá, hogy éppen egy bizonyos értelemben vett kényszerhelyzet indítja be az esztétikai életvitel igényét.<sup>48</sup> Ebben fontos szerepet kap a szabadságot korlátozó gyakorlatok kritikája és az ezekhez a korlátokhoz kreatívan viszonyuló attitűd kialakításának lehetősége. Az életbölcseleti filozófiák tehát újból felvetik a külső és a belső szabadság összefüggésére és a belső szabadság gyakorlási lehetőségeire vonatkozó kérdéseket. Az életművészet filozófiája a jó avagy a szép életre törekszik. Egy hétköznapi hasonlattal élve úgy is fogalmazhatunk, hogy az önformálás révén a szubjektum úgy akar élni, mint hal a vízben. Goethetől pedig tudjuk, hogy „ennek a teremtménynek a létezése, amelyet hálnak nevezünk, csak azon elem feltétele alapján lehetséges, amelyet víznek nevezünk, nemcsak ezét, hogy abban létezzék, hanem egyben, hogy abban legyen azzá, ami”.<sup>49</sup> Goethe sorait Bollnow idézi, aki szerint a belső szabadság nem más, mint az embernek a szituáció adottságához történő megfelelése.<sup>50</sup> A külső és belső helyzethez való viszonyulás sajátos módja. A belső szabadság elnyerése során az ember a meglévő viszonyokat nem szenvedését okozó kényszernek éli meg, hanem – saját beállítódásának kialakítása révén – úgy érzi magát benne, „mint hal a vízben”, belső szabadságánál fogva így vagy úgy viszonyul az adott helyzethez.

2.) A *gyakorlás mint az önformálás módja*. A másik két kritika arra vonatkozott, hogy az életművészet filozófiáját képviselő szerzők az életet cselekvésnek, illetve technikai értelemben létrehozható terméknek fogják fel. Ezzel kapcsolatban meg kell állapítani, hogy a kritika a klasszikus *techné*, *praxis* és *poézis* elkülönítésnek elfogadásán alapul. Tény, hogy az életbölcseleti filozófiák előszeretettel használják, az *életterv*, az *életvezetés* vagy az *életmód* fogalmait. Ez azonban szerintem félrevezető, mert a filozófia mint életmód koncepciója, amely Hadot-nál a „lelkigyakorlat”, Foucault-nál az „önmagunkkal törődés” nem az előállítás értelmében vett cselekvést jelentik, hanem a tudatosan kialakított életgyakorlatot. Ezért véleményem szerint akkor értelmezzük helyesen a fent sommásan bemutatott életbölcseleti törekvéseket, ha a belső szabadság fogalma mellé a *gyakorlás* fogalmát állítjuk. Az önformáláshoz szükséges belső szabadsághoz ugyanis a gyakorlás útja vezet. Ez a megközelítés, figyelmeztet Bollnow, eltér az egzisztenciafilozófiában gyakran használt határszituáció vagy krízis fogalmától.<sup>51</sup> A határszituációk (szenvedés, bűn, halál) sorszerűek. Ehhez képest

---

<sup>48</sup> Lásd a 24. lábjegyzettel hivatkozott idézetet.

<sup>49</sup> Bollnow (1978, 76–77) hivatkozik Goethe soraira. Magyarul idézi Goethe sorait Katona 1962, 209.

<sup>50</sup> Bollnow 1978, 77.

<sup>51</sup> Vö. uo. 81–82.

a gyakorlás tudatos törekvés valaminek tökéletesebb megjelenítésére vagy kifejezésre. Az életbölcseleti filozófiában a valóság mindig valamilyen gyakorlatnak a lenyomatát hordozza magán. Az életbölcselet során éppen azért gyakoroljuk a belső szabadság útját, mert tisztában vagyunk bizonyos helyzetek sorszerűségével és a boldogság-élmények átmeneti jellegével.

### Irodalom

- Bollnow, Otto Friedrich (1978): *Vom Geist des Übens*. Herder, Freiburg im Breisgau.
- Durkó Mátyás (1998): *Társadalom, felnőttnevelés, önnevelés*. Kossuth Egyetemi Kiadó, Debrecen.
- Fellmann, Ferdinand (2009): *Philosophie der Lebenskunst. Zur Einführung*, Junius, Hamburg.
- Foucault, Michel (2001): *A szexualitás története III. Törődés önmagunkkal*. Ford. Sujtó László, Budapest, Atlantisz.
- Hadot, Pierre (2010): *A lélek iskolája. Lelkigyakorlatok és ókori filozófia*. Ford. Cseke Ákos, Kairosz, Budapest.
- Horn, Christoph (2010): *Antike Lebenskunst. Glück und Moral von Sokrates bis zu den Neuplatonikern*. Beck, München.
- Katona Ferenc (1962): *Ismeretelméleti és származástani kérdések Goethe Faust-jában*.  
[http://www.orvostortenet.hu/tankonyvek/tk-05/pdf/2.15/1962\\_025\\_katona\\_ferenc\\_ismeretelméleti\\_szarmazastani.pdf](http://www.orvostortenet.hu/tankonyvek/tk-05/pdf/2.15/1962_025_katona_ferenc_ismeretelméleti_szarmazastani.pdf)  
(2014.02.18.)
- Kersting, Wolfgang / Langbehn, Claus (Hg.) (2007): *Kritik der Lebenskunst*. Suhrkamp, Frankfurt am Main.
- Maslow, Abraham (2003): *A lét pszichológiája felé*. Fordította: Turóczi Attila. Ursus Libris, Budapest.
- Nussbaum, Martha (1994): *The Therapy of Desire. Theory and Practice in Hellenistic Ethics*, Princeton.
- Pieper, Annemarie (2003): *Glückssache. Die Kunst gut zu leben*. Deutscher Taschenbuch, München.
- Rabbow, Paul (1954): *Seelenführung. Methodik der Exerzitien in der Antike*. München.
- Rabbow, Paul (1960): *Paidagogia. Die Grundlegung der abendländischen Erziehungskunst in der Sokratik*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen.
- Sárány Péter (2008): *Filozófiai lélekgondozás. Fenomenológia – egzisztencia-analitikus logoterápia – filozófiai praxis*. Jel Könyvkiadó, Budapest.
- Sárány Péter (2011): *A filozófiai életformától az életművészet filozófiájáig. Életbölcseleti és életművészeti törekvések a kortárs filozófiában*. In: Bakos

- Gergely OSB (szerk.): *Teória és praxis között, avagy a filozófia gyakorlati arcáról*. L'Harmattan-Sapientia, Budapest.
- Sárkány Péter (2013): *Theorie und Praxis Sozialer Arbeit. Eine professionstheoretische Auseinandersetzung*. Tectum, Marburg.
- Schmid, Wilhem (1998): *Philosophie der Lebenskunst. Eine Grundlegung*. Shurkamp, Frankfurt am Main.
- Schusterman, Richard (1997): *Practicing Philosophy: Pragmatism and Philosophical Life*. Routledge, New York/London.
- Schusterman, Richard (2003): *Pragmatista esztétika. A szépség megélése és a művészet újragondolása*. Ford. Kollár József, Kalligram, Pozsony.
- Seel, Martin (1999): *Versuch über die form des Glücks. Studien zur Ethik*. Shurkamp, Frankfurt am Main.
- Somorjai Ildikó (szerk.) (2006): *A szociális munkás-képzés globális alapelvei*. Fordította: Kabar Judit, Magyarországi Szociális Szakembereket Képző Iskolák és Oktatók Egyesülete (Iskolaszövetség).
- Thomä, Dieter (2007): *Lebenskunst zwischen Könnerschaft und Aesthetik*. In: Kersting, Wolfgang / Langbehn, Claus 2007.
- Thomä, Dieter (2003): *Vom Glück in der Moderne*. Shurkamp, Frankfurt am Main.
- Thomä, Dieter (2007): *Erzähle dich selbst. Lebensgeschichte als philosophisches Problem*. Shurkamp, Frankfurt am Main.
- Wolf, Ursula (1999): *Die Philosophie und die Frage nach dem guten Leben*. Rowolt, Reinbek bei Hamburg.