

## Συμβουλές ποιοτικής ζωής από τον Βοιωτό Πλούταρχο

*Αννα Νικολάου\** στο Συμπόσιο “στα χνάρια της ιστορίας του τόπου μας” στην Χαιρώνεια  
Κυρίες και κύριοι,

Σήμερα έχουμε τη χαρά να βρεθούμε στη μικρή Χαιρώνεια με τη μεγάλη ιστορία και από τη συνάντηση αυτή δεν θα μπορούσε να λείψει ο πιο διάσημος πολίτης της, ο Πλούταρχος, στα Ηθικά του οποίου θα επιχειρήσουμε μια σύντομη περιήγηση.

Πιθανώς η εισήγησή μου με τίτλο «Συμβουλές ποιοτικής ζωής από τον Βοιωτό Πλούταρχο» να σας φανεί παράταιρη σε σχέση με το θέμα το Συμποσίου αυτού, που είναι η τοπική ιστορία, για αυτό θα σας παραπέμψω στον συγγραφέα με τον οποίο θα ασχοληθούμε και στο πρώτο από τα έργα του με τίτλο «Πώς μπορεί να καταλάβει κάποιος ότι προσδεύει στην αρετή» για να μας δώσει την απάντηση. Στο έργο λοιπόν αυτό ο συγγραφέας επισημαίνει «Πρόσεξε τον εαυτό σου, όταν ασχολείσαι με την ποίηση ή την ιστορία, μην τυχόν σου διαφεύγει κάτι από όσα λέγονται με ωραίο τρόπο, για την επανόρθωση του χαρακτήρα ή την ανακούφιση των παθών».

Η ιστορία επομένως για τον Πλούταρχο δεν αποτελεί μόνο ένα ανάγνωσμα που στόχο έχει τη συσσώρευση γνώσεων. Είναι το «κτῆμα ἐς αἰεὶ» του Θουκυδίδη, με στόχο την απόκτηση της γνώσης που θα οδηγήσει στην αποφυγή των σφαλμάτων του παρελθόντος, στην εμπέδωση χρησίων διδαγμάτων αλλά και στην κατάκτηση της πολυπόθητης ευδαιμονίας, της καλής και ποιοτικής ζωής.

Και στο σημείο αυτό επιβάλλεται να ανατρέξουμε στον Αριστοτέλη και στα Ηθικά Νικομάχεια, όπου υποστήριζε ότι « ἡ εὐδαιμονία ἐστὶ ψυχῆς ἐνέργειά τις κατ’ ἀρετὴν τελείαν», δηλαδή, η ευδαιμονία δεν είναι μία κατάσταση αλλά μία ενέργεια της ψυχής που πραγματώνεται και έχει ως προϋπόθεσή της την υπακοή στους κανόνες της τέλει αρετής. Αν λοιπόν κάνουμε βήματα προς την αρετή, κάνουμε και βήματα προς την ευδαιμονία.

Τον αγώνα για την κατάκτηση αυτής της αρετής, που είναι ένας διά βίου αγώνας, μας τον περιγράφει ο Πλούταρχος στο προαναφερθέν έργο και μας δίνει τα σημεία που μπορούν να μας φανερώσουν την πρόοδό μας στην αρετή.

Και, καθώς κατά τον Αριστοτέλη οι ηθικές αρετές εδράζονται στο μέρος της ψυχής που συμμετέχει και στο λόγον και στο ἄλογον, το πρώτο σημάδι της προόδου που σημειώνει ο Πλούταρχος είναι η επικράτηση του φωτός της λογικής, που οδηγεί σε υποχώρηση την κακία και στη συνεπή προσήλωση στη φιλοσοφία, ἔστω και αν τα βήματα της προόδου αυτής μας φαίνονται μικρά.

Για να στηρίξει την άποψη αυτή καταφεύγει σε έναν άλλο Βοιωτό, ποιητή αυτή τη φορά, τον Ησίοδο που περιγράφει ότι «μπροστά από την αρετή οι αθάνατοι θεοί έχουν βάλει τον ιδρώτα και είναι μακρὺς και ανηφορικός ο δρόμος που οδηγεί σε αυτή». Πολλά, κατά τον Πλούταρχο, είναι τα εμπόδια, όπως οι κοροϊδίες και οι συμβουλές (εντός εισαγωγικών) του κοινωνικού περίγυρου που μπορούν να κάμψουν το φρόνημα και την προσήλωση του αγωνιστή. Αν κάποιος κατορθώσει να μείνει ήρεμος σε αυτά, τότε σίγουρα έχει προσδεύσει στη φιλοσοφία. Και αυτή η αντιπαράθεση με τη γνώμη των πολλών, η αδιαφορία για την επικρατούσα άποψη που απέχει από την ηθική, μας απαλλάσσει, όπως υποστηρίζει, από τη ματαιοδοξία. Μπορούμε να είμαστε φιλόανθρωποι, να υπερασπιζόμαστε το δίκαιο, να περιφρονούμε τα επιλήψιμα δώρα, να καταπολεμούμε τις ηδονές, χωρίς να έχουμε την ανάγκη θεατών και επαινετών. Είναι αρκετή η ευχαρίστηση των καλών μας πράξεων μέσω της οποίας επιτυγχάνουμε εκείνο το δημοκρίτειο « ἐξ ἑαυτῶν λαμβάνειν τὰς τέρψεις ἐθιζομένους». Και όταν το πετύχουμε αυτό, τότε θα κατορθώσουμε να υποτάξουμε και την ἔπαρση και μαζί με αυτή να καταπολεμήσουμε και το μεγαλύτερο, κατά την ταπεινή μου γνώμη, ανθρωπινό ελάττω-

μα, τον εγωισμό. Αυτός, όπως τονίζει ο Χαιρωνεύς, μας οδηγεί στην κατάκριση των πάντων, στο να μην αναγνωρίζουμε, άρα και να μη διορθώνουμε, τα λάθη μας, ή, να αδιαφορούμε για αυτά, θρέφοντας έτσι ακόμα μεγαλύτερα σφάλματα. Για να πετύχουμε στο δύσκολο αυτό έργο, προτείνει να μην θαυμάζουμε απλά και παθητικά τους ανωτέρους μας, αλλά να τους μιμούμαστε με τα έργα μας.

Το παραινετικό αυτό κείμενο ο Πλούταρχος το κλείνει με μια παρακαταθήκη πολύτιμη «Να χτίσουμε τη ζωή μας πάνω σε βάθρο χρυσό, σαν να πρόκειται για ιερό οικοδόμημα, και να μην αφήνουμε τίποτα στην τύχη, αλλά να τα ρυθμίζουμε όλα με βάση τον λόγο».

Στόχος του Πλουτάρχου λοιπόν, είναι να μας δώσει μέσα από τα έργα του συμβουλές και μαθήματα, όχι μαθήματα καλλιτέπειας, αλλά αυτά που στοχεύουν στη βελτίωση του ανθρώπινου βίου. Και με βάση όσα ειπώθηκαν καταλαβαίνουμε γιατί θα ασχοληθούμε με το επόμενο έργο του που δίνει βάρος στην ευθυμία.

Για την αποφυγή παρεξηγήσεων θα ήθελα να επισημάνω ότι με τον όρο ευθυμία ο συγγραφέας δεν εννοεί μόνο την επιφανειακή φαιδρότητα, αλλά την ισορροπία της ψυχής, την ηρεμία της, πράγμα που είναι το βασικό συστατικό και της εκ βάθους χαράς και της καλής ζωής.

Η ηρεμία αυτή διαπιστώνει ότι δεν πρέπει να συγχέεται με την αδιαφορία και την αδράνεια, της οποίας το τίμημα, όσο μακρινό και αν μας φαίνεται, είναι πάντα πολύ ακριβό. Ούτε συνδέεται με έναν συγκεκριμένο τρόπο ζωής που πιστεύουμε ότι στερείται της λύπης, γιατί απλούστατα μία τέτοια ζωή είναι ανέφικτη ή, για να είμαστε αντικειμενικοί, ανύπαρκτη, όπως μας υπενθυμίζει μέσω του Μενάνδρου: « Μήπως δεν είναι σύντροφος του βίου η λύπη; Μαζί με τον πλούσιο βίο πορεύεται, σύντροφος ένδοξος, και μαζί με τον φτωχό γεράζει».

Η ευθυμία, κατά τον Πλούταρχο, εξασφαλίζεται από τον τρόπο ζωής μας. Καταστρέφεται από την προσκόλληση στα υλικά αγαθά και από τις αλόγιστες επιθυμίες. Αναιρείται από την απειρία ή την έλλειψη γνώσης σχετικά με τον κατάλληλο χειρισμό των περιστάσεων. Χαρακτηριστικό είναι ότι οι αδαείς και οι αδύναμοι ξιπάζονται με την ευτυχία και ζαρώνουν από τη δυστυχία. Αυτό μας δείχνει ότι η ψυχική γαλήνη βρίσκεται μέσα μας και κατευθύνεται από τη φρόνηση που μας βοηθά να βλέπουμε σε όλα τα πράγματα μία νέα ευκαιρία. Ως χαρακτηριστικό παράδειγμα μας φέρνει τον Ζήνωνα τον Κιτιέα, που μόλις πληροφορήθηκε ότι και το τελευταίο φορηγό πλοίο του καταποντίστηκε με όλο το φορτίο του, ατάραχα είπε «Καλά έκανες, Τύχη, που με σπρώχνεις να φορέσω το ιμάτιο του φιλοσόφου και να ασχοληθώ με τη φιλοσοφία».

Παρατηρεί ακόμη ότι συχνά οι εξωτερικοί παράγοντες μας ταράσσουν και τότε πρέπει να επιστρατεύσουμε τη ψυχραιμία. Ένα τέτοιο παράδειγμα είναι η κακία και των φίλων και των εχθρών μας που μας εξοργίζει. Το να θυμώνουμε όμως δεν έχει νόημα, γιατί δεν μπορούμε να αλλάξουμε τον χαρακτήρα τους, αφού σαν τα σκυλιά γαυγίζουν γιατί αυτό είναι το φυσικό τους. Προτείνει αντί αυτού να είμαστε ευγενικοί και μετριοπαθείς απέναντί τους, για να εξασφαλίσουμε τη δική μας ψυχική υγεία.

Και όταν η ζωή μας τα φέρνει άσχημα, όπως και στον ίδιο συνέβη πολλές φορές, εκ πείρας μας συμβουλεύει να μην παραβλέπουμε τα αγαθά που έχουμε, ακόμα και τα απλά και δεδομένα, ένα ωραίο ταξίδι, ή την υγεία μας, ή το ίδιο το δώρο της ζωής. Αν τα παραβλέψουμε αυτά και δεν τα αξιοποιήσουμε για την ψυχική μας ισορροπία, τότε μοιάζουμε με εκείνον τον αρχαίο Χιώτη έμπορο, που, όπως περιγράφει ο Πλούταρχος, πωλούσε το καλύτερο κρασί, ενώ ο ίδιος έπινε το ξινό κάνοντας τον δούλο του να αναρωτηθεί «Γιατί έχει τα καλά και ζητάει το κακό;».

Στο σημείο αυτό μας φέρνει και προ των προσωπικών μας ευθυνών και μας επικρίνει όταν συλλέγουμε προφάσεις αχαριστίας εναντίον της τύχης μας. Γιατί συχνά φερόμαστε όπως οι μοιχοί που ζηλεύουν τις γυναίκες των άλλων. Θεωρούμε ότι ο βίος μας είναι ευτελής, γιατί δεν κατέχουμε δημόσια αξιώματα; Και όμως, είναι αξιοζήλευτος, γιατί δεν αναγκαζόμαστε να φερόμαστε σε όλους με διπλωματία, δεν επαιτούμε, δεν αχθοφορούμε, δεν κολακεύουμε. Πιστεύουμε ότι οι άλλοι ζουν την τέλεια ζωή; Και όμως, δεν υπάρχει ζωή χωρίς προβλήματα. «Να», καταφεύγει ξανά στον Μένανδρο που λέει, « αυτός που καλότυχο στην αγορά νομίζουν, δύστυχος είναι, όταν ανοίγει την πόρτα του σπιτιού του». Μας κατακρίνει λοιπόν όταν διαπιστώνει πως παρουσιάζουμε την κακή μας τύχη ως υπαίτια για πολλά. Στην πραγματικότητα, υποστηρίζει, φταίει η δική μας ανοησία και η έλλειψη αυτογνωσίας, γιατί όλοι οι άνθρωποι έχουμε την τάση να είμαστε χωρίς μέτρο και ικανοποίηση φιλόπρωτοι, φιλόνικοι και άπληστοι.

Και για να το αποδείξει μας παρουσιάζει την χαρακτηριστική περίπτωση του Διονυσίου του πρεσβύτερου, του ισχυρότερου των τυράννων της εποχής του, που στενοχωριόταν γιατί δεν τραγουδούσε καλύτερα από τον ποιητή Φιλόξενο. Πώς όμως αξιώνουμε να παράγει η άμπελος σύκα και η ελιά σταφύλια; Γιατί δε βλέπουμε τη ζωή μας ως μία συνέχεια, μία διαδοχή καλών και κακών, και την εγκλωβίζουμε στις αναμνήσεις των δυσάρεστων; Εννοείται ότι τα δυσάρεστα δεν μπορούμε να τα αγνοήσουμε, γιατί, όπως λέει και ο Ευριπίδης, «Τα καλά χώρια απ' τα κακά δε στέκουν, μα είναι συγκεραστά κι ενώνονται».

Και τα δύο, κακά και καλά, πρέπει να τα περιμένουμε στη ζωή και να τα δεχόμαστε χωρίς υπερβολές. Με τον τρόπο αυτό θα απαλλαγούμε από τον αιφνιδιασμό που οδηγεί στην αθυμία και από την αναστάτωση της υπερβολής. Ακόμα και από τους φόβους θα απαλλαγούμε, με κορυφαίο τον φόβο του θανάτου, γιατί θα αφοσιωθούμε σε αυτό που πραγματικά έχει σημασία, σε μια ζωή ενάρετη, χωρίς ψέματα, ραδιουργίες, απάτες και επιβουλές. Στο χέρι μας είναι να επιτύχουμε τα μέγιστα αγαθά και να εξουσιάσουμε τη ζωή μας μέσω του ορθού λόγου και της αρετής. Και εδώ μας θυμίζει τον Σωκράτη που έλεγε στο δικαστήριο « Ο Μέλητος και ο Άνυτος μπορούν να με θανατώσουν αλλά δεν μπορούν να με βλάψουν».

Βέβαια στο ταξίδι της ζωής και στον αγώνα για την κατάκτηση της αρετής ήταν και για τον Πλούταρχο και είναι και για εμάς παρήγορο το γεγονός πως δεν είμαστε μόνοι. Συνοδοιπόροι μας είναι πάντα οι φίλοι. Και μιλάμε για τους πραγματικούς φίλους, όχι για τους απρόσωπους διαδικτυακούς, το είδος που ευδοκιμεί στην εποχή μας, ούτε για τους κόλακες που προσπαθούν να κερδίσουν κάτι από εμάς, αυτούς που ερευνά ο Πλούταρχος στο έργο « Πώς μπορεί να διακρίνει κάποιος τον κόλακα από τον φίλο» όπου επισημαίνει ότι πραγματικός είναι ο φίλος που η συμπεριφορά του απέναντί μας δεν χαρακτηρίζεται από απολυτότητα. Αυτός που γνωρίζει να προσθέτει ευχαρίστηση στις καλές στιγμές και να διώχνει τη λύπη και τη δυσφορία στα αδιέξοδα. Αυτός που δεν λειτουργεί ως σκιά μας, δεν επιδιώκει πάντα να είναι ευχάριστος αλλά, προκειμένου να μας ωφελήσει, δεν διστάζει και να μας λυπήσει ακόμα, χωρίς να φτάνει σε σημείο να καταστρέψει τη σχέση μας.

Και καθώς το κριτικό πνεύμα του συγγραφέα είναι οξυμένο, εύστοχα διαπιστώνει ότι για τον προσεταιρισμό των «ψεύτικων» φίλων υπεύθυνος είναι συχνά ο ανθρώπινος χαρακτήρας. Ο εγωισμός είναι αυτός που μας πείθει ότι εχθρός μας θεωρείται αυτός που μας προκαλεί τύψεις και μας καλεί να μετανοήσουμε για τα λάθη μας. Αυτός πάλι μας οδηγεί στη συντροφιά όσων κολακεύουν τα ελαττώματά μας και τα αντιμετωπίζουν ως προτερήματα. Για να το στηρίξει αυτό προστρέχει στον Ευριπίδη που συμβου-

λεύει «Φίλους που δεν είναι μαλακοί στα λόγια να αποκτήσεις, ενώ τους πονηρούς που σου κάνουν το χατίρι και το κέφι, κλείδωσέ τους έξω από το σπίτι σου».

Και, όπως είναι σημαντική η επιλογή των φίλων, μας τονίζει πως εξίσου σημαντικό είναι να μάθουμε να αντιμετωπίζουμε τους εχθρούς, και πρώτιστα να μην τους δίνουμε αφορμές με το να είμαστε μετρημένοι στους τρόπους, φιλαλήθεις, φιλόανθρωποι και δίκαιοι, όπως αναφέρει στο έργο του «Πώς θα μπορούσε κάποιος να ωφεληθεί από τους εχθρούς».

Το πρότυπό που μας παρουσιάζει είναι ο Πλάτων ο οποίος, αν βρισκόταν σε συντροφιά ανθρώπων με άσχημη συμπεριφορά, αναρωτιόταν «Μήπως είμαι και εγώ τέτοιος;».

Και αν πιστεύουμε ή διαπιστώνουμε ότι μας αδικούν και μας προσβάλλουν, προτείνει να εθίσουμε τον εαυτό μας στην αταραξία, να ακολουθήσουμε τη συμβουλή του ποιητή « Πέρανα δίπλα από τις κοροϊδίες, όπως ο κολυμβητής από τον βράχο». Αυτό θα μας απαλλάξει από το μίσος αλλά και από τον φθόνο για αυτούς που θεωρούμε ανταγωνιστές, συναισθήματα που μολύνουν την ψυχή, γιατί, επικαλούμενος την μαρτυρία του Πινδάρου, «Ο φθόνος είναι ο σύντροφος των ανθρώπων με άδειο κεφάλι».

Και στις αδικίες τους, στα παράνομα κέρδη τους και στα ανάξια αξιώματά τους αντιπροτείνει αυτό που διατυμπανίζει ο Σόλων, « Εμείς δεν θα ανταλλάξουμε με αυτούς την αρετή για τον πλούτο».

Μόνο έτσι καταλήγει ότι εξασφαλίζουμε την ελευθερία μας και την καθαρότητα και το ανεπίληπτο του χαρακτήρα μας. Αυτό το αδιατάρακτο και αγνό ήθος σε συνδυασμό με τις καλές πράξεις και την απαλλαγή της ψυχής από τις αρνητικές και πονηρές σκέψεις, γεννούν τη χαρά της ζωής, κάνουν την κάθε μέρα γιορτή, μας θυμίζουν πως το ότι γεννιόμαστε και ζούμε είναι ένα θαύμα θεϊκό.

Και όλα αυτά, κυρίες και κύριοι, θα τα επιτύχουμε μελετώντας τις πηγές μας, διαβάζοντας την ιστορία μας, χτίζοντας μια γερή βάση για το μέλλον στηριγμένη στην ανθρωπιστική παιδεία των προγόνων μας, αναζητώντας την τοπική μας ιστορία, γιατί η Βοιωτία γενικότερα και η περιοχή μας ειδικότερα έχει πολλά και αξεπέραστα παραδείγματα φιλοσοφικής σκέψης και ανθρωπισμού να μας προσφέρει.

Κλείνω με μια ευχή. Να βρούμε όλοι μας την εσωτερική γαλήνη, αυτή που θα εξασφαλίσει μια ποιοτική ζωή σε εμάς και στην κοινωνία μας. Ευδαιμονείτε.

\* Η Άννα Γ. Νικολάου γεννήθηκε στη Λιβαδειά το 1971. Κατάγεται από τη Σφάκα Φθιώτιδος. Το 1993 αποφοίτησε από τη Φιλοσοφική Σχολή του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου και συγκεκριμένα από το Τμήμα Κλασσικής Φιλολογίας.

Έχει διατελέσει μέλος της Φιλολογικής Επιτροπής του Συλλόγου, με στόχο την προβολή των έργων της κλασσικής και νεωτέρας παράδοσης καθώς και του ιδιαίτερου τοπικού πολιτισμού, γενική γραμματέας του Μορφωτικού και Εκπολιτιστικού Συλλόγου Λεβαδειάς και Πρόεδρος του Συλλόγου.

Έργα της είναι η μελέτη «Λαογραφικό Μουσείο», «10 Πνευματικές Φυσιογνωμίες της Λιβαδειάς»,

«Βοιωτοί Αθάνατοι Ήρωες», «Γιορτές της Αρχαίας Βοιωτίας» και τετράδια λαογραφικού, ιστορικού και αρχαιολογικού περιεχομένου.

Αρθρογραφεί σε τοπικές εφημερίδες.

