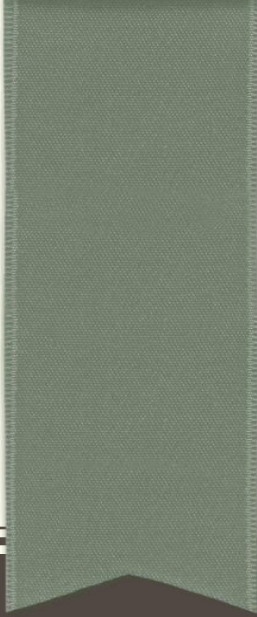


ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΗΘΙΚΗ Ι

(ΑΡΕΤΟΚΡΑΤΙΑ – ΚΛΑΣΙΚΟΣ ΗΔΟΝΙΣΜΟΣ)

Διδάσκοντες:
Α. Ενότητες 1-6: Αναπλ. Καθηγητής Γ. Καλογεράκος.
Β. Ενότητες 7-12: Δρ. Π. Κορμάς.





7^Η ΕΝΟΤΗΤΑ:

ΟΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΕΣ ΣΧΟΛΕΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΣΤΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ

Η ΗΘΙΚΗ (Η ΤΕΧΝΗ ΤΟΥ ΒΙΟΥ)

Ελληνιστική Περίοδος – Ιστορικό Πλαίσιο

- Η Ελληνιστική Περίοδος περιλαμβάνει τους τρεις αιώνες μεταξύ του θανάτου του Μεγάλου Αλεξάνδρου το 323 π.Χ. και της κατάκτησης της Αιγύπτου από τους Ρωμαίους με την ήττα του Μάρκου Αντωνίου από τον Οκταβιανό στη ναυμαχία στο Άκτιο, το 31 π.Χ.
- Είναι η μετάβαση από την Κλασική Εποχή στην ακμή της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας.
- Χαρακτηριστικό της ελληνιστικής εποχής είναι η διάδοση του ελληνικού πολιτισμού στην Ανατολή.
- Δημιουργήθηκε ένας νέος κόσμος, μια οικουμένη με πάρα πολλές πτυχές
- Νέες μορφές οργάνωσης (μοναρχία, ομοσπονδίες πόλεων)
- Μαζικές οικονομικές και κοινωνικές μεταβολές
- Αδυναμία παρέμβασης στο ιστορικό γίνεσθαι

Hans Joachim Gehrke, Ιστορία του Ελληνιστικού κόσμου, μεταφρ. Άγγελος Χανιώτης (Αθήνα: Εκδόσεις ΜΙΕΤ, 2017) 17-20.

Ελληνιστική Περίοδος – πολιτικοκοινωνικό πλαίσιο

- Παρακμή της πόλης-κράτους - μετάβαση στην αυτοκρατορία

Η άνοδος των Μακεδόνων βασιλέων στην εξουσία και η επεκτατική δράση του Μεγάλου Αλεξάνδρου σταδιακά εξαφάνισαν το κλειστό ελληνοκεντρικό σύστημα και τον παλαιό τρόπο ζωής. Η μετάβαση στα τεράστια βασίλεια της Ελληνιστικής περιόδου διέκοψε την υπάρχουσα στενή σχέση του πολίτη με την πόλη του, ο οποίος βρέθηκε αντιμέτωπος με ένα περιβάλλον πολυδιάστατο. Τα άτομα έγιναν πολίτες ενός τεράστιου γραφειοκρατικού βασιλείου που διοικούνταν από αξιωματούχους, χάνοντας έτσι την αίσθηση της σημασίας που είχαν στο παρελθόν, όταν οι ίδιοι συμμετείχαν ενεργά στη διοικητική οργάνωση.

- Αποδυνάμωση της έννοιας του πολίτη – στροφή προς το άτομο

Σε αυτόν το νέο, ασταθή και πιο “απρόσωπο” κόσμο, το αίσθημα της αποξένωσης και της έλλειψης ριζών έπληξε σοβαρά την ατομική αίσθηση της ταυτότητας. Ο Έλληνας τελικά απομακρύνθηκε από τον πολιτικό κόσμο του περιβάλλοντός του και, απομονωμένος, ζήτησε ασφάλεια μέσα στη σφαίρα της ιδιωτικής του ζωής.

Η φιλοσοφία δεν αφορούσε πια θεωρίες για μια ιδεατή κοινωνία. Αυτό που ήταν αναγκαίο ήταν μια πρακτική φιλοσοφία με ενδιαφέρον στον άμεσο κόσμο του ατόμου.

- Αυτονόμηση των επιστημών από τον κορμό της φιλοσοφίας

Ο νέος, διευρυμένος κόσμος, της ελληνιστικής εποχής είναι ένας κόσμος επιδράσεων και ανταλλαγών. Διαφορετικοί πολιτισμοί συναντιούνται, μέσα από την ευκολία της κοινής τους γλώσσας, της ελληνικής. Αυτό προκαλεί μια άνθηση των γραμμάτων και των επιστημών: των μαθηματικών και της φυσικής με τον Αρχιμήδη, της αστρονομίας με τον Αρίσταρχο, της ιατρικής με τον Ηρόφιλο και τον Ερασίστρατο, αλλά και της γεωγραφίας, της ιστορίας, της φιλολογίας.

«Στην Ελληνιστική Περίοδο, για πρώτη φορά, η φιλοσοφία μετατράπηκε σε κάτι που μοιάζει με τον εξειδικευμένο επιστημονικό τομέα της σύγχρονης εποχής.» (Long & Sedley, 1987)

Η φιλοσοφία της Ελληνιστικής Εποχής

- Φιλοσοφικές Σχολές:
 - Κυνισμός
 - Επικουρισμός
 - Στωικισμός
 - Σκεπτικισμός
- Αναζήτηση στηρίγματος σε έναν κόσμο εκτός ελέγχου.
- Ανάγκη για ένα παγκόσμιο σύστημα με το οποίο το άτομο μπορεί να αγωνιστεί για την ατομική του ύπαρξη σε έναν αποξενωμένο πολιτικό κόσμο.
- Ουσιαστικό γνώρισμα των φιλοσοφικών σχολών ήταν ο προσανατολισμός προς την ηθική ή την πρακτική φιλοσοφία.

Επιστημολογική Στροφή

- Όπως γράφει ο Brunschwig (1999, 229), «είναι γενικά αποδεκτό ότι η ελληνιστική περίοδος είναι η μεγάλη εποχή της αρχαίας επιστημολογίας».
- Ο Πλάτωνας και ο Αριστοτέλης συζήτησαν ως επί το πλείστον εξειδικευμένη γνώση: γεωμετρία, αστρονομία, ιατρική, πολιτική, φιλοσοφία.
- Οι ελληνιστικοί διάδοχοί τους ενδιαφέρθηκαν για πιο συνηθισμένη γνώση: η γνώση ότι κάτι είναι γλυκό, ότι κάτι είναι ένα σκυλί, ότι κάποιος είναι το παιδί σας (LS 39C, 40H).
- Η αλλαγή ήταν τόσο σημαντική που ο Brunschwig (1999) την αποκαλεί «επιστημολογική στροφή».

Jacques Brunschwig, “Introduction: the beginnings of Hellenistic epistemology,” in *The Cambridge History of Hellenistic Philosophy*, eds. Keimpe Algra, Jonathan Barnes, Jaap Mansfeld, and Malcolm Schofield (Cambridge: Cambridge University Press, 1999), 229.

Ηθική Φιλοσοφία

- Η επιστήμη υποτάσσεται στην ηθική.
- Η καλή επιστήμη οδηγεί σε καλύτερη ηθική και καλύτερη ζωή.
- Οι αξίες βρίσκονται στην ίδια την ψυχική σφαίρα.
- Η καλύτερη ανθρώπινη ζωή προκύπτει μέσα από τη νοητική κατάσταση που επιτυγχάνεται μέσω της γνώσης.

Ηθική Φιλοσοφία

- Αυτό το ενδιαφέρον για την ηθική εξηγείται από τις παραδόσεις της φιλοσοφικής σκέψης, μιας και όλα τα φιλοσοφικά ρεύματα της εποχής έχουν τις ρίζες τους στον Σωκράτη.
- Η Ελληνιστική φιλοσοφία εστίασε στην αμφισβήτηση των πεποιθήσεων, την απομάκρυνση των παράλογων φόβων και επιθυμιών, την αυτοπειθαρχία και την φροντίδα της ψυχής.

Hans Joachim Gehrke, Ιστορία του Ελληνιστικού κόσμου, μεταφρ. Άγγελος Χανιώτης (Αθήνα: Εκδόσεις ΜΙΕΤ, 2017) 126-127.

Sonya Wyrster, “The W.H. Allen Memorial Lecture 2015: Changing perceptions: Philodemus and Epicurean Philosophy,” Iris / Journal of the Classical Association of Victoria. New Series 28 (2015): 14.

Γιατί η Ελληνιστική Φιλοσοφία επισκιάστηκε

- Η Ελληνιστική Φιλοσοφία του νου θεωρήθηκε για αιώνες “ακατέργαστη”. Ο κύριος λόγος είναι ότι μέχρι πρόσφατα στο φιλοσοφικό υπόβαθρο των μελετητών κυριαρχούσε ο δυϊσμός. Ως εκ τούτου, συχνά απέρριπταν τις ελληνιστικές θεωρίες ως ανεπαρκείς καταρχήν με το επιχείρημα ότι μελετούν απλώς τις υλιστικές συνθήκες για να είναι δυνατή η ψυχική δραστηριότητα και παραλείπεται η ίδια η ψυχική δραστηριότητα.
- Επίσης, οφείλεται στο περιεχόμενο της διδασκαλίας τους - Ο Επίκουρος, για παράδειγμα, θεωρήθηκε από μερικούς ως ένα σύνθεση ακατέργαστου υλισμού, ηδονισμού και κρυπτο-αθεϊσμού.
- Στην περίπτωση του Στωικισμού, ενώ η ηθική της σχολής τεκμηριώθηκε λεπτομερώς στις ρωμαϊκές πηγές, οι περισσότερες τεχνικές λεπτομέρειες χάθηκαν σε μεγάλο βαθμό με την απώλεια των πρώτων γραπτών της Στόας.
- Παράγοντες σαν αυτούς συνδυάστηκαν και οι Ελληνιστικές σχολές επισκιάστηκαν από τον Πλάτωνα και τον Αριστοτέλη.
- Σήμερα, κυρίαρχος είναι ο φυσικαλισμός και αυτό διευκολύνει να κατανοήσουμε τις ελληνιστικές θεωρίες.

Επιδράσεις στη νεώτερη φιλοσοφική σκέψη

- Ο Στωικισμός άσκησε ισχυρή επίδραση στον κόσμο της διανόησης όχι μόνο στην ύστερη αρχαιότητα αλλά και στη διάρκεια των επόμενων αιώνων, επηρεάζοντας εξέχοντα πρόσωπα της νεώτερης φιλοσοφικής σκέψης, ανάμεσα στα οποία ο Spinoza, ο Descart, ο Cant, ο Locke, ο Goethe. Στις αρχές του 21^{ου} αιώνα, παρατηρούμε μια αναβίωση της Στωικής φιλοσοφίας μέσα από την ανάδειξη των αρχών της κυρίως στο πεδίο της γνωσιακής ψυχολογίας.
- Ο Επίκουρος συνδέεται με φιλοσόφους και στοχαστές όπως ο Gassendi, Montaigne, Hobbes, Rousseau, Comte, Marx, Nietzsche. Επιπλέον, υπάρχει η άποψη ότι από τον Επίκουρο και τον ηδονισμό τον οποίο υιοθέτησαν οι θεμελιωτές της πολιτικής φιλοσοφίας του 16ου και 17ου αιώνα, προκύπτει το νέο δημοκρατικό κράτος.
- Επιδραστικοί μελετητές της Ελληνιστικής φιλοσοφίας:
 - Michel Foucault (1988)
 - Julia Annas (1993)
 - Lawrence Becker (1998)
 - Pierre Hadot (1995, 2002)
 - John Sellars (2003, 2014)
 - Martha Nussbaum (2009)

Massimo Pigliucci, "Stoicism," Internet Encyclopedia of Philosophy. A Peer-Reviewed Academic Resource, προσβάσιμο στις 22 Μαρτίου 2020, στη διαδικτυακή διεύθυνση: <https://www.iep.utm.edu/stoicism/>.

Εστίαση στους παράγοντες εντός ελέγχου

- Οι Στωικοί, οι Σκεπτικοί και οι Επικούρειοι έσπασαν τους δεσμούς με την Αριστοτελική ηθική αρνούμενοι τον ρόλο της τύχης και των υλικών συνθηκών (π.χ. πλούτος, εκπαίδευση) ως προαπαιτούμενα για μια ζωή με ευδαιμονία.
- Εστίασαν την προσοχή τους σε **τεχνικές και ασκήσεις** που μπορεί ένας ενήλικας να υιοθετήσει ώστε να κατανικήσει τα πάθη και να πετύχει αριστεία στον χαρακτήρα.
- Η ωμή τύχη δεν πρέπει να μπορεί να καθορίσει τον βαθμό ευδαιμονίας κάποιου. Οι Ελληνιστικοί φιλόσοφοι θεώρησαν απαραίτητο **να κάνει ο άνθρωπος την ευτυχία του απρόσβλητη από παράγοντες εκτός του ελέγχου του.**
- Η παιδαγωγική ικανότητα της οικογένειας και των πρώιμων δασκάλων είναι εκτός του ελέγχου κάποιου.
- Οι ελληνιστικές σχολές και οι σύγχρονοι φιλόσοφοι που έδωσαν την έμπνευσή τους από αυτά μετατοπίζονται από την παιδαγωγική σε μια έρευνα για το τι μπορεί να κάνει κάποιος για τον εαυτό του όταν φτάσει σε ηλικία αυτο-αναστοχασμού.

Το Ιατρικό Πρότυπο για τη Φιλοσοφία

- Οι φιλοσοφικές σχολές ακολούθησαν μια ανθρωπιστική κατεύθυνση, αντιμετωπίζοντας τις ανάγκες του ατόμου **για ένα αίσθημα ταυτότητας και ηθικής καθοδήγησης**. Κατά την Ελληνιστική περίοδο, η αξία ενός φιλοσοφικού συστήματος μπορούσε να εκτιμηθεί από την ικανότητά του να οδηγήσει τους οπαδούς του στην ευδαιμονία, καθιστώντας την ένα μετα-φιλοσοφικό κριτήριο. Η φιλοσοφία γίνεται καθοριστική για την ευδαιμονία, όπως η ιατρική είναι για την υγεία.
- Σε αυτήν τη βάση, **ο Πλάτωνας και ο Αριστοτέλης δεν επαρκούσαν**. Οι οπαδοί τους δεν πλησίασαν την ευδαιμονία περισσότερο από τους μη-φιλοσόφους. Έτσι, οι απαιτήσεις επαναξιολογήθηκαν.
- Οι **Στωικοί και οι Επικούρειοι ήταν επηρεασμένοι από την ιατρική έρευνα της εποχής** και μιλούν για την ψυχή και τις λειτουργίες της με τρόπο που είναι πλησιέστερος στους ιατρούς παρά στον Πλάτωνα.

Η Γνωσία*

- Μέσα από την ηθική τους φιλοσοφία, οι δύο Ελληνιστικές σχολές καθόριζαν το πλαίσιο, μέσα στο οποίο ο άνθρωπος μπορεί να είναι ψυχολογικά υγιής.
- Η γνωσία αποτελεί κεντρική έννοια στην ψυχολογία των Στωικών και Επικούρειων. Είναι τόσο η αιτία, όσο και η θεραπεία των συναισθηματικών διαταραχών.
- Η αρετή συνίσταται σε μια γνωσιακή κατάσταση στην οποία κεντρικό ρόλο έχει η αυτογνωσία.
- Η Ελληνιστική φιλοσοφική θεραπεία αποτρέπει την πλήρη ανάπτυξη και εξέλιξη των υποκείμενων ψυχικών καταστάσεων όπως φόβο, θυμό ή λύπη σε πραγματικά “πάθη”.
- Συνολικά, με τον προσανατολισμό των ελληνιστικών αυτών ρευμάτων στην ανάγκη του πρακτικού βίου και όχι των θεωρητικών ασχολιών, είτε ηθελημένα, είτε άθελά τους **προσδιόρισαν τις γνωσιακές αρχές (την επιστήμη), την παραγωγή τους (σκέψεις και συναισθήματα) και όρισαν τις συμπεριφορές τους (συγκεκριμένες και άκαμπτες).**

**Γνωσίες είναι οι προσδοκίες με προσανατολισμό στο μέλλον, οι αιτιοπροσδιορισμοί με προσανατολισμό στο παρελθόν, οι στάσεις απέναντι στον κόσμο, οι εκτιμήσεις για τις εισροές και τις εκροές, οι επιδιώξεις. Δεν είναι ούτε πληροφορίες ούτε διεργασίες αλλά είναι “κατασκευές” και “γνώσεις”. Δίνουν κατεύθυνση και ένταση στη συμπεριφορά και προσδοκίζουν στόχους και σκοπούς.*

Ενάργεια

- Τόσο για τους Επικούρειους, όσο και για τους Στωικούς, όλα τα συμπεράσματα για τον φυσικό κόσμο θα πρέπει να στηρίζονται σε ξεκάθαρες αποδείξεις.
- Η ενάργεια είναι το απαραίτητο γνώρισμα για κάθε κανόνα ή κριτήριο αλήθειας, αντίστοιχα. Ο νους μπορεί να αξιοποιήσει τη λογική και να κατανοήσει τον κόσμο ακόμη και για φαινόμενα που δεν είναι άμεσα παρατηρήσιμα ή ξεκάθαρα. Μάλιστα, είναι η Ελληνιστική εποχή στην οποία ο όρος *εναργές* γίνεται τεχνικός φιλοσοφικός όρος. Ο Πλάτωνας και ο Αριστοτέλης χρησιμοποιούν τον όρο με την κοινή σημασία του, και όχι για να αναδείξουν κάποιο κριτήριο αλήθειας. Αυτό μάλλον είναι απόρροια της κατανομής του φιλοσοφικού ενδιαφέροντος· για τον Πλάτωνα και τον Αριστοτέλη ενδιαφέρον έχει τι είναι η γνώση, ενώ στην Ελληνιστική εποχή το ενδιαφέρον είναι μετατοπισμένο στην αξιοπιστία των θεμελίων της γνώσης.

Katerina Ierodiakonou, “The notion of enargeia in Hellenistic philosophy,” in *Episteme, etc.: Essay in Honour of Jonathan Barne*, eds. B. Morison- K. Ierodiakonou (Oxford: Oxford University Press, 2012), 61.

Ευδαιμονία - I

- Το μεγαλύτερο αγαθό για τον άνθρωπο είναι *ευδαιμονία*.
- . Στην αρχαία ελληνική φιλοσοφία η “ευδαιμονία” σήμαινε κάτι διαφορετικό από αυτό που η σύγχρονη έννοια “ευτυχία” εμπεριέχει. Η ευδαιμονία ήταν καθαρά φιλοσοφικός όρος και υποδείκνυε το “τέλος”, το “ύψιστο αγαθό” της ανθρώπινης ζωής, την αιτία για την οποία οι άνθρωποι κάνουν ό,τι κάνουν.
- Ο Πλάτων και ο Αριστοτέλης συνδέουν την ευδαιμονία με το υψηλότερο στάδιο της γνώσης, με την *θεωρία*.
- Ελληνιστικές σχολές: η ευδαιμονία είναι θεραπεία για την ανθρώπινη δυστυχία
 - Επίκουρος: ηδονή → *αταραξία*
 - Στωικοί: αρετή → *απάθεια*
 - Σκεπτικοί: εποχή → *απάθεια*
- Από τη στιγμή που για τους Στωικούς η ευδαιμονία συνίσταται στην αρετή και η αρετή δεν εξαρτάται από τίποτα έξω από τον έλεγχο του υποκειμένου, τότε δεν μπορούν να θεωρήσουν αντικείμενα ή καταστάσεις ως απαραίτητες για τη συμβολή στην ευδαιμονία. Επιπλέον, η ευδαιμονία είναι από μόνη της μια αυτάρκης και ολοκληρωμένη κατάσταση που ενέχει ήδη όλους τους στόχους που ένα υποκείμενο μπορεί λογικά να επιδιώκει.

Ευδαιμονία - II

- Οι φιλόσοφοι αναζήτησαν την προσωπική εκπλήρωση είτε προσανατολίζοντας τον εαυτό τους σε σχέση με τη Φύση (Στωικοί), είτε σχηματίζοντας μια ξεχωριστή φιλοσοφική κοινότητα φίλων (Επικούρειοι), είτε αποχωρώντας από την ουσιαστική επαφή με τον κόσμο (Σκεπτικιστές)
- Η Φύση αποκτά τεράστια σημαντικότητα και στις τρεις κύριες φιλοσοφικές σχολές. Και οι τρεις σχολές υπόσχονται προσωπική ευδαιμονία. Και οι τρεις (αλλά κυρίως οι Στωικοί και οι Επικούρειοι) βλέπουν την φιλοσοφία τους ως μια μορφή θεραπείας: είναι όσοι κατανοούν τη φύση, και κυρίως την ανθρώπινη φύση, που είναι σε θέση να παρέχουν θεραπεία για την ανθρώπινη ψυχή.
- Η ευδαιμονία για τους στωικούς έγκειται στο «ὁμολογουμένως τῇ φύσει ζῆν». (Βλ. A.A. Long, Η Ελληνιστική Φιλοσοφία, ΜΙΕΤ, 2003, σ. 286).

Συνείδηση

- Συνείδηση είναι η συνθετική λειτουργία με την οποία το άτομο, μέσω της διανόησής του και γνωρίζοντας την προσωπικότητά του, μπορεί και συλλαμβάνει την κατάσταση στην οποία βρίσκεται αλλά και διαμορφώνει μια ιδέα για το πως θα είναι στο μέλλον.
- Τη συνείδηση την εισηγήθηκαν οι εκπρόσωποι της στωικής φιλοσοφίας για να δηλώσουν την άποψη την οποία μπορεί να διαμορφώσει κανείς για τον ηθικό χαρακτήρα των πράξεων των ανθρώπων και την ικανότητα τους να διακρίνουν το αγαθό από το κακό.
- Η προσωπική συνείδηση αποτελεί το αναγκαίο υπόβαθρο για την ανάπτυξη βούλησης εντός του πνεύματος της προσωπικής ελευθερίας.
- Το συγκριτικό πλεονέκτημα της στωικής και επικούρειας θεωρίας για την ηθική συνείδηση αφορά στο ότι αναφέρονται σε μια εσωτερική διεκπεραίωση του ανθρώπου με τον εαυτό του και όχι σε κάποιο διακανονισμό με το εξωτερικό περιβάλλον.
- Η αποτροπή των ηθικών παρεκκλίσεων δεν είναι αποτέλεσμα μεταφυσικών διεργασιών, αλλά αποτελεί νοητική επεξεργασία που ασχολείται με τη διάκριση του καλού από το κακό.
- Η αυτο-συντήρηση μέσα από την ηθική εξέλιξη οδηγεί στην αυτο-πραγμάτωση. Ενώ για όλα τα υπόλοιπα ζώα η αυτοσυντήρηση αφορά την προστασία και την άμυνα σε περίπτωση επίθεσης, στον άνθρωπο κατευθύνεται προς τη διατήρηση της υγείας και την εξέλιξη. Μέσα σε αυτό το σχήμα, η ανθρώπινη συνείδηση για την ίδια την ύπαρξη αποκτά καθοριστική σημασία.
- Μέσα, λοιπόν, από την αυτοσυνείδηση, ο άνθρωπος μπορεί να αυτοπραγματοωθεί.

Η τέχνη του βίου (ars vitae)

- Η φιλοσοφία είναι η τέχνη του βίου που επιτρέπει στον άνθρωπο να διαπλάσει τον εαυτό του και να πάρει τα ηνία της ζωής στα χέρια του, επιδιώκοντας τη λογική, τη συνοχή και την αλήθεια.
- Ο ισχυρισμός αυτός έρχεται να αφαιρέσει την προκατάληψη και να τοποθετήσει τον παράγοντα τύχη υφιστάμενο της νοήμονος και καταληπτής τέχνης.
- Ήταν το έργο του Foucault στις αρχές της δεκαετίας του 1980 που βοήθησε στην αναζωογόνηση του ενδιαφέροντος για την ελληνιστική φιλοσοφία, ιδίως επισημαίνοντας το γεγονός ότι τα ελληνιστικά κείμενα που μελετούσε περιέγραφαν **πρακτικές για τη διαμόρφωση ενός συγκεκριμένου τύπου εαυτού, δηλαδή διαδικασίες αυτο-καλλιέργειας και αυτο-σχηματισμού** που απαιτούσαν από το άτομο μια συνεχή προσοχή, συνειδητοποίηση και εργασία **από τον εαυτό του για τον εαυτό του**.
- Ο Foucault συνέδεσε την Ελληνική και Ρωμαϊκή φιλοσοφία με την ηθική που εστιάζει στη σχέση του ατόμου με τον εαυτό του, ειδικά σε πρακτικές μέσα από τις οποίες αυτή η σχέση εξασκείται και η ολότητα του εαυτού μεταβάλλεται. Η “επιμέλεια εαυτού” ήταν μια καθολική ιδέα στον κύκλο των Στωικών και των Επικούρειων. Αυτή η καλλιέργεια δίνει τη δυνατότητα σε έναν άνθρωπο να μείνει μακριά από ορέξεις και επιθυμίες και να διατηρήσει την κυριαρχία και την υπεροχή επάνω τους.

Konrad Banicki, “Therapeutic Arguments, Spiritual Exercises, or the Care of the Self: Martha Nussbaum, Pierre Hadot and Michel Foucault on Ancient Philosophy,” Ethical Perspectives 22 (2015): 609-10. 10.2143/EP.22.4.3127269.

Nietzsche και Ελληνιστική Φιλοσοφία

- Στη δεκαετία του 1870, ο Nietzsche ακολουθεί το θεραπευτικό μοντέλο των Στωικών που αναγνωρίζει τα συναισθήματα ως αξιολογικές κρίσεις: Τα «συναισθήματα» είναι προϊόν κρίσεων και πεποιθήσεων, με αντικείμενο εξωτερικά ερεθίσματα που βρίσκονται πέρα από τον έλεγχό μας.
- Οι διδασκαλίες του Επίκουρου για την ηθική και την καλλιέργεια μετριοπαθών απολαύσεων ήταν σημαντικές στο σκοπό του Nietzsche να μετριάσει τη συναισθηματική και την ψυχική υπερβολή. Ακόμη και αν οι ηδονές είναι καλές αυτές καθεαυτές, πρέπει να υποβαθμιστούν για χάρη ενός υψηλότερου στόχου: της ευδαιμονίας και της καλλιέργειας μιας όμορφης ζωής.

Ure, Michael (2009). *Nietzsche's free spirit trilogy and Stoic therapy*. *Journal of Nietzsche Studies* (38) 60-84. <https://doi.org/10.1353/nie.0.0046>

Keith, Ansell-Pearson. "True to the Earth: Nietzsche's Epicurean Care of Self and World." in *Nietzsche's Therapeutic Teaching*. Edited by Horst Hutter and Eli Friedland (Bloomsbury, 2013), 16

Πηγές - Βιβλιογραφία

- Banicki, Konrad “Therapeutic Arguments, Spiritual Exercises, or the Care of the Self: Martha Nussbaum, Pierre Hadot and Michel Foucault on Ancient Philosophy,” *Ethical Perspectives* 22 (2015): 609-10. 10.2143/EP.22.4.3127269.
- Brunschwig, Jacques “Introduction: the beginnings of Hellenistic epistemology,” in *The Cambridge History of Hellenistic Philosophy*, eds. Keimpe Algra, Jonathan Barnes, Jaap Mansfeld, and Malcolm Schofield. Cambridge: Cambridge University Press, 1999.
- Hadot, Pierre. *Philosophy as a way of life: spiritual exercises from Socrates to Foucault*. Translated by Michael Chase. Oxford: Blackwell, 1995. <https://ascetology.files.wordpress.com/2016/09/pierre-hadot-philosophy-as-a-way-of-life-spiritual-exercises-from-socrates-to-foucault-1.pdf>
- Ierodiakonou, Katerina. “The notion of enargeia in Hellenistic philosophy,” in *Episteme, etc.: Essay in Honour of Jonathan Barnes*, eds. B. Morison- K. Ierodiakonou. Oxford: Oxford University Press, 2012.
- Keith, Ansell-Pearson. “True to the Earth: Nietzsche’s Epicurean Care of Self and World.” in *Nietzsche’s Therapeutic Teaching*. Edited by Horst Hutter and Eli Friedland (Bloomsbury, 2013).
- Long, A. Anthony. *From Epicurus to Epictetus. Studies in Hellenistic and Roman Philosophy*. Oxford: Oxford University Press, 2006.
- Sharpe, Matthew. “Pierre Hadot.” *Internet Encyclopedia of Philosophy*, Διαθέσιμο στη δικτυακή διεύθυνση: <https://www.iep.utm.edu/hadot/#SH5c>
- Sharples, Robert William. *Στωικοί, Επικούρειοι και Σκεπτικοί. Μια εισαγωγή στην Ελληνιστική φιλοσοφία*. Μετ. Μαρίνα Λυπουρλή & Γιάννης Αβραμίδης. Εκδόσεις Θύραθεν, Θεσσαλονίκη, 2002.
- Ure, Michael (2009). Nietzsche's free spirit trilogy and Stoic therapy. *Journal of Nietzsche Studies* (38) 60-84. <https://doi.org/10.1353/nie.0.0046>
- *Ethics and Self-Cultivation. Historical and Contemporary Perspectives*. Edited by Matthew Dennis and Sander Werkhoven. New York: Routledge, 2018.