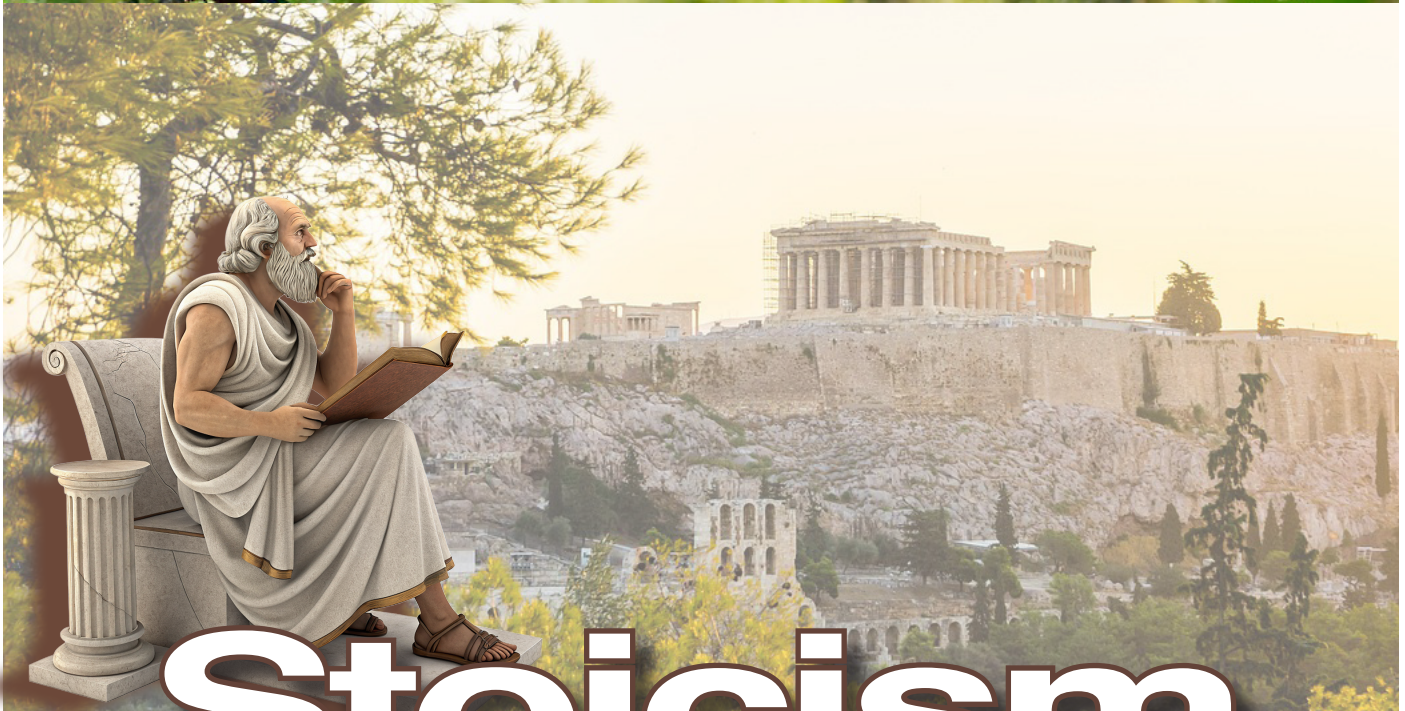




# Ingers tankar



# Stoicism

Mod, måttfullhet, visdom och rättvisa

**D**et finns alldeles för lite stoicism i vår värld. Om fler satte sig in i hur stoicismen fungerar tror jag det mesta skulle bli mycket bättre. Det är en lära som då och då refereras till i vår moderna världs olika självhjälpskurser.

Från att ha betraktats som en mossig lära har stoicismen på senare år uppmärksammats i olika sammanhang.

**Stoicismen är en** antik filosofisk skola som grundades av Zenon, som var handelsman från Kition, född på Cypern, men efter att hans skepp sjunkit blev han kvar i Grekland.

Han grundade läran i Aten cirka 300 år före Kristus och har fått många efterföljare. Några av de mest kända är de från det romerska riket, Seneca, Epiktetos och Marcus Aurelius.

Den bärande tanken är att man ska leva genom att beakta naturen och förnuftet. Fokusera på sina tankar och handlingar och acceptera det som man inte kan påverka. På så sätt ska man få mer sinnesro. Man ska lägga vikt vid dygd, rättvisa, måttfullhet och mod.

**För att uppnå** ett lyckligt liv, ett liv värt att leva, krävs logiskt tänkande. Stoikerna ansåg att förståelse av etik inte kan uppnås utan logiskt tänkande.

För dem var logik kunskapsbaserad och omfattade studier av språk, grammatik, retorik och epistemologi som kan sägas vara lika med frågan om vad kunskap är och hur vi kan skilja sann kunskap från tro eller gissningar.

Kunskap får vi genom förnuft och erfarenhet. Stoikerna menade att alla filosofiska ämnen som kunde bidra till att förändra människors sätt att leva var lika viktiga.

**Således något som** nutidsmänniskan är i stort behov av för att klara att leva i den tid som är nu, under ständig påverkan från olika håll om hur vi ska vara och hur vi ska bete oss.

Logik hjälper en person att inse fakta och resonera effektivt om praktiska frågor, stå på sig även mitt i förvirring, kunna skilja det säkra från det sannolika, och så vidare.

**En sann stoiker** förknippar inte passion med



# Ingers tankar

något positivt, utan i stället som störande och vilseledande krafter som uppstår på grund av att man inte kan resonera korrekt.

En intressant tanke eftersom människor i alla tider verkar ha idealiserat begreppet passion i alla dess former. Vad betyder egentligen banaliteten **att brinna för något**?

Erfarenheten säger oss att passion som regel fördunklar sinnet, rör till livet och får oss att snöa in på ett begränsat område, en sak. En sund skepticism och lite extra **tänk** kan rädda oss från att begå misstag.

**Även om stoikerna** uppmanade till jämnmod och acceptans inför allt som sker så ansåg de inte att man skulle vara vare sig likgiltig eller passiv.

I stället har varje människa plikter att utföra mot såväl sin nära omvärld som mot 'kosmos'. Stoicismen hade en stark inverkan på kristendomens utveckling.

**Många kända tänkare** har skrivit om stoicismen, de har både kritiserat och influerats av den. Här några exempel:

- \* Francesco Petrarca (1304–1374), lyriker och historieskrivare från Italien.
- \* Jean Calvin (1509–1564), kristen reformator från Frankrike.
- \* René Descartes (1596–1650), forskare, matematiker, präst, jurist och filosof från Frankrike.
- \* Immanuel Kant (1724–1804), filosof från Tyskland.
- \* Friedrich Hegel (1770–1831), filosof från Tyskland.
- \* Karl Marx (1818–1883), sociolog, nationalekonom, historiker och filosof från Preussen.
- \* Friedrich Nietzsche (1844–1900), filosof, författare och filolog från Preussen.
- \* Bertrand Russell (1872–1970), filosof, logiker, matematiker, historiker och pacifist från Wales.
- \* Jean-Paul Sartre (1905–1980), författare och filosof från Frankrike.

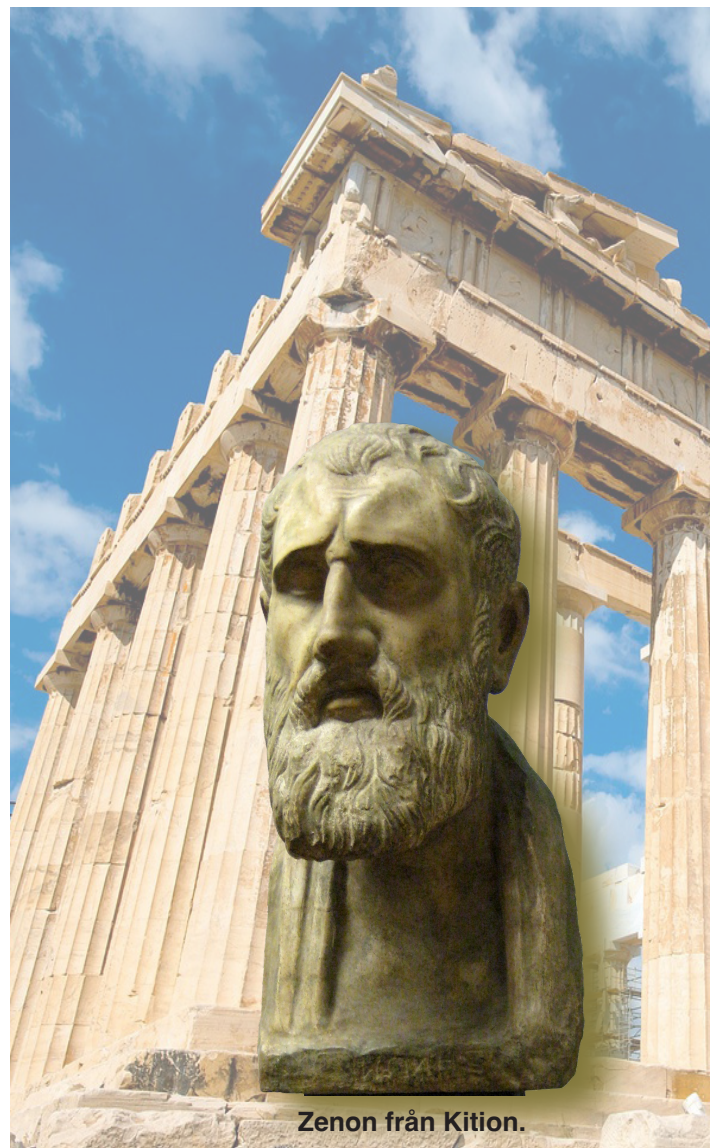


**Motsatsen till stoicism** är att vara narcissistisk, hedonistisk, impulsiv, ångestfylld och materialistisk med en offermentalitet.

Det stoiska tankesättet uppmuntrar oss att utveckla självkontroll, motståndskraft och förmåga att övervinna destruktiva känslor.

**Sist ett citat** av Marcus Aurelius att betänka när hybris tagit över.

Vilken liten del av den gränslösa, oändliga tiden var och en av oss tilldelats – den försvinner snart in i evigheten! Och vilken liten del av universums materia, vilken liten del av världsjälen! Och vilken liten jordklump krälar du inte fram över jämfört med hela jorden!



Zenon från Kition.