

# EL PENSAMENT DE SÈNECA: LITERATURA D'AUTOAJUDA?

Damià Bardera Poch

Professor de Filosofia (secundària)

El tarannà eminentment pràctic del pensament de Sèneca ens pot fer pensar que la seva obra filosòfica conté, a grans trets, el germen de tot allò que avui dia solem considerar literatura d'autoajuda. D'arguments, no en falten: l'autor dóna consells, posa exemples quotidians, parla d'emocions, el to i la temàtica ens són propers i el registre és assequible.

Ara bé, si fem un cop d'ull a la secció d'autoajuda de qualsevol biblioteca o llibreria, ben segur que no hi trobarem cap obra de Sèneca. ¿Però per què no hi haurien de ser –o no podrien ser– els llibres que conformen els anomenats *diàlegs senequians*, en aquest tipus de secció, si al capdavant es tracten d'obres que van ser concebudes, igual que les cèlebres *Cartes a Lucili*, per oferir un remei als mals que sovint afecten l'ànima de les persones i que ens impedeixen assolir una vida bona i feliç? ¿No seria correcte ni encertat considerar el diàleg *De la ira* –un dels més representatius– com una obra d'autoajuda *avant la lettre*?

Els llibres de Sèneca solen estar arreglats a la secció de clàssics, o a la de filosofia, però mai a la d'autoajuda. En aquesta darrera secció –avui dia ja omnipresent en l'àmbit dels llibres i la cultura–, podem trobar-hi títols com ara: *Transforma la teva ira en energia positiva; Com dominar la ira i l'agressivitat; Controla la teva ira i la teva vida serà més fàcil; No t'enfadis més!; Guia pràctica per controlar la teva ira; Quadern d'exercicis per viure la ira en positiu; Controla la seva ira abans que ella el controla a vostè...*

Tots aquests títols ens fan pensar, inevitablement, en el contingut de l'obra *De la ira*, els punts de contacte són prou evidents. ¿Caldria, doncs, arreglar aquest diàleg de joventut amb les obres de la secció d'autoajuda? A parer nostre, no: els diàlegs de Sèneca –i, per extensió, el gruix de la seva obra filosòfica– no pertanyen, no poden pertànyer, al subgènere literari de l'autoajuda, malgrat les aparences, cosa que no vol dir que la lectura d'aquests diàlegs no ens pugui «ajudar» a viure amb més tranquil·litat d'esperit.

Queda lluny dels objectius d'aquest escrit analitzar les característiques de la literatura d'autoajuda i comparar-les amb

l'obra de Sèneca.<sup>1</sup>Això no obstant, sí que convé remarcar uns quants passatges del llibre que ens ocupa perquè no només xoquen frontalment amb alguns dels dogmes –implícits– de la literatura d'autoajuda, sinó que demostren que l'obra del filòsof romà és qualitativament diferent als discursos autoajudescos actuals i que, alhora, és refractària a aquesta mena de propostes.

En primer lloc, cal fer notar que el pensament de Sèneca és, sense cap mena de dubte, un pensament humanista en el sentit més clàssic del terme, i per aquest motiu tots els consells que dóna, per més pràctics que siguin, s'emmarquen en una concepció teoricofilosòfica prèvia sobre què és –o què hauria de ser– l'ésser humà. Aquesta primacia de la teoria i aquest pes de la reflexió moral i filosòfica en relació a les propostes pràctiques que se'n deriven, no els trobem en la literatura d'autoajuda, més centrada a oferir consells pràctics i aplicables que en la reflexió i la teoria que haurien de facilitar la comprensió i el sentit de tals consells. En paraules de Vanea Andrea Papalini:

Los manuales de cualquier tipo no están orientados a la reconfiguración de la subjetividad, ni explicitan un discurso que los justifique, puesto que se orientan a una finalidad determinada y su saber es legítimo; se considera "cierto" sin necesidad de demostración alguna.<sup>2</sup>

L'obra de Sèneca, a més, molt deutora de la mentalitat de l'època en què s'inscriu (Roma; segle I d. C), està farcida d'opinions èticament reprovables (o, com a mínim, controvertides i polèmiques) que avui dia no passarien el filtre del que considerem convenient o desitjable (tampoc no passarien, per descomptat, el filtre d'allò políticament correcte). Per això els seus llibres difícilment passaran a engruixir les seccions dedicades a la literatura d'autoajuda. ¿Quants escriptors actuals que no vulguin tenir problemes ni ser titllats automàticament de provocadors, excèntrics o polèmics s'atrevirien a justificar

<sup>1</sup> Per a una anàlisi rigorosa de la literatura d'autoajuda, es pot consultar: VIÑAS PIQUER, D. (2012). *Eròtica de la autoajuda: estratègies narratives para promesas terapéuticas*. Barcelona: Ariel.

<sup>2</sup> PAPANINI, V. A. *La formación de subjetividades en la cultura contemporánea: el caso de los libros de autoayuda*. Tesis doctoral inèdita. p. 160.

la tortura, defensar obertament la pena de mort, considerar la ira com un vici femení i infantívol, trobar d'allò més normal l'infanticidi o acceptar l'esclavitud?

En aquest sentit, cap escriptor que «no vulgui tenir problemes» tampoc no podria defensar el suïcidi –i menys encara, prescriure'l– de la manera que ho fa Sèneca. Com a bon estoic que era, considerava el suïcidi com una via perfectament legítima –i bella– per acabar amb el sofriment i el patiment, o per evitar-los –ell mateix, de fet, va predicar amb l'exemple. Per a Sèneca, és un consol pensar que el suïcidi sempre hi és, que sempre el tenim a punt: «onsevulla que miris, hi ha la fi dels teus mals».<sup>3</sup> En fa fins i tot apologia, i ho fa d'una manera desacomplexada, inequívocament poètica, amb un estil literari propi:

Veus aquell abisme? Per allí es baixa a la llibertat. Veus aquell mar, aquell riu, aquell pou? La llibertat hi és al fons. Veus aquell arbre petit, ressec, sinistre? La llibertat en penja. Veus el teu coll, la teva gola, el teu cor? Fugides són de l'esclavatge. Que et mostro sortides massa difícils i que exigeixen molt de coratge i de fortitud? Demanes quin és el camí de la llibertat? Qualsevol vena del teu cos.<sup>4</sup>

Fragments com aquest són impensables avui dia, fins i tot podrien arribar a comportar multes, sancions econòmiques o penes de presó per a la persona que els ha escrit o divulgat. Cal dir, també, que alguns dels exemples que ofereix l'autor per tal d'il·lustrar les seves idees són exemples tan passats de rosca, amb personatges tan «inhumans» i situacions tan extremes, que són tot el contrari dels exemples edificants –sovint d'autosuperació personal i força ingenus– característics de la literatura d'autoajuda. Només hem de fer un cop d'ull a la història d'Harpag, inclosa en el llibre tercer de *De la ira*, per adonar-nos-en: el rei, molest per unes paraules ben intencionades del seu conseller, «li féu servir a taula els seus propis fills [els d'Harpag] preguntant-li tot sovint si aquell guisat li abellia»<sup>5</sup>. O la terrible història del rei Cambises i el seu amic Prexaspes:

El rei Cambises, massa donat al vi, era aconsellat per Prexaspes, un dels seus amics més cars, que fos més sobri en el beure, dient-li ésser vergonyosa l'embriaguesa en un rei, en el qual els ulls i les orelles de tothom es fixen. I respon Cambises: «Perquè sàpigues que el cap no se me'n va mai, jo et provaré que després de beure, fins els ulls i les mans saben acomplir llur ofici». Begué després amb més abundància que de costum, buidant beires

3 SÈNECA, L. A. (1924). *De la ira* (Cardó, C.; trad.), Barcelona: Fundació Bernat Metge, p. 79.

4 Ibid., p. 79.

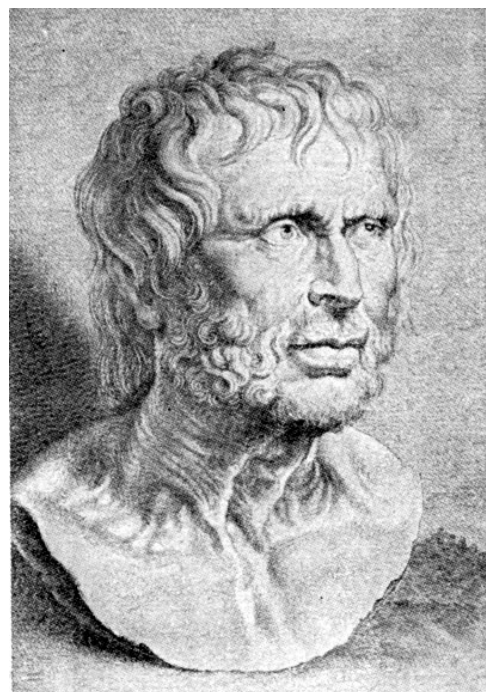
5 Ibid., p. 78.

més grans, i quan ja estava feixuc i amarat de vi, mana que avanci el fill del seu reptador fins a la porta de la sala i que s'hi estigui dret amb la mà esquerra aixecada sobre el cap. Llavors para el seu arc i travessa el cor de l'adolescent, que és allí on havia dit que apuntava, li obre després el pit i mostra la sageta clavada al cor mateix, i mirant el pare, li pregunta si tenia la mà prou segura.<sup>6</sup>

Una història gens edificant capaç de recordar-nos que la crueltat d'un rei no ens és aliena, sinó que forma part de la condició humana i, en conseqüència, també forma part de tots nosaltres.

Finalment, cal fer èmfasi en el fet que el conjunt de l'obra filosòfica de Sèneca –si més no, l'obra de tarannà moral–, no està pensada per a tots els públics, cosa que xoca amb els ideals democràtics contemporanis i amb eslògans del tipus *impossible is nothing*, que tanta fortuna ha fet els últims anys.<sup>7</sup> Només aquells «escollits», aquells pocs que formen part de «l'aristocràcia de l'esperit», poden atènyer l'ideal de vida del savi estoic, una vida activa però, alhora, desapassionada, neta de passions que ens pertorbin l'ànima, ens embrutin l'esperit i ens rebaixin al nivell de les bèsties.

No deurà ser casualitat, doncs, si les obres de Sèneca continuen estant, durant força temps, a la secció «Clàssics» de llibreries i biblioteques.



6 Ibid., p.77-78.

7 Pensem, per exemple, en els anuncis de la marca Adidas protagonitzats pel futbolista argentí Lionel Messi.