



ギリシアが戦争に敗れ各ポリスが崩壊すると、アレクサンドロス大王の支配下にある世界国家へと併合されていった。

これにより、ギリシア文化とオリエント文化の融合が生まれ、独特な文化(=[<sup>1</sup> ])が形成される。

また、ポリスの拠り所を失ったギリシア人は、個人としての生き方や心の平安を追い求めるようになる。ここで生まれた2つの学派を紹介していくが、いずれも「悲しみや死への不安・恐怖を取り除き、心安らかな状態になること」を目指した。

### (i) ストア学派

## ゼノン

■ギリシャ(前335-263)

自然に従って生きよ

アテネの哲学者。アテネの柱廊(これをストアと呼ぶ)で講義をしたことから、ストア学派と呼ばれるように。

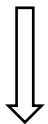
**Keyword** 情念(パトス)／世界市民／アパテイア／禁欲主義

#### \* ストア派の教え 「悲しみも死も、すべて運命と受け入れなさい」

この世界では、どんな運命も偶然も「理由」があって、「必然性」がある。

そして、理性(=[<sup>2</sup> ])を働かせれば、その運命を理解することが出来る。理解できれば心は安らくなる。

例) 親しい人が死ぬこと、民族的に受けた迫害、自分自身の死 → これらも自然の秩序。



しかし、**情念**(=[<sup>3</sup> ])に惑わされるから、理解が難しくなってしまう。

▶ 怒り・悲しみ・恐怖などの激情や欲望

情念に動かされない「自由な境地」=[<sup>4</sup> ]に至ること！

・喜怒哀楽の感情に揺れない心

・運命に従って生きる 「人はいつか死ぬから仕方ない」「太ったら病気になりやすいから暴食しない」「不正をすればいつか地位を失うからしない」

あらゆる欲望・激しい感情は抑えて生きていこうとする姿勢を理想 → 「=[<sup>5</sup> ]」

また、人間はみな理性を有する限り、=[<sup>6</sup> ]( )として同胞であり平等な存在と考えた。

ここまで不動心を徹底してしまうと、人間らしい生き方では無いような気もしてしまうが、

感情の起伏が激しく疲れてしまう人にはちょうどいい考え方もかもしれない。割り切った考え方が出来れば、

切り替えも早くなるよね。大学受験だって最後は運命！不安な気持ちは捨てて、今やるべきことに集中しよう！

#### + α ストア学派を受け継いだローマ人たち

・=[<sup>7</sup> ]・・・自然法思想を展開

・=[<sup>8</sup> ]・・・皇帝ネロの後継者でローマの哲学者。理性を重視

・=[<sup>9</sup> ]・・・神への崇敬と恭順を説く。

・=[<sup>10</sup> ]・・・ローマ皇帝。簡素な生活を送りつつ、自らの魂に向けた内省の言葉を書きとどめる『=[<sup>11</sup> ]』を著す

# エピクロス

■ギリシア(前341-270)

隠れて生きよ



アテネの哲学者。郊外に学園(エピクロスの園)をひらき、友人らと共に隠居生活を送る。

**Keyword** アタラクシア／原子論／快樂主義

\* エピクロス派の教え **「死ねば魂も消滅する。恐怖など感じるはずがない！」**

[<sup>11</sup> ]の原子論から影響を受けており、人間の肉体も魂も全て原子の集合だと説いた。そう考えると、人の死だって魂がバラバラになることで痛みや恐怖も散り散りになるだけのこと。結論、死ぬことって別に怖くないよね？というのが彼の主張である。

このように理性を働かせて、冷静に考えていければ、死ぬことすら怖くない。

肉体や死の恐怖から離れたとき、魂の平安(=[<sup>12</sup> ])がもたらされると説いた



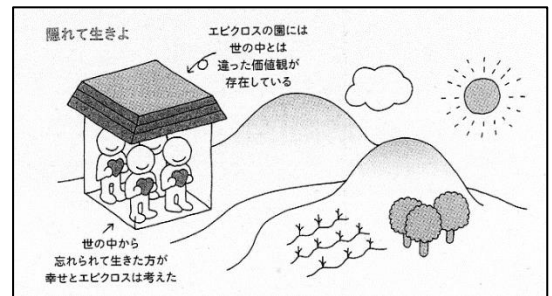
このために必要な生き方とは…

公共の生活から離れ、社会の煩わしさから逃げろ！=[<sup>13</sup> ]

- ・ 社会人として、政治や仕事、育児に追われることなどは、魂の平安を乱すもと
  - ・ 社会から離れて自給自足な生活をしながら、わずかな友人と共同生活をするのが理想
  - ・ 必要な欲求だけを満たし、「パンと水」の慎ましい生活をするので、[<sup>14</sup> ]を得られる
- 【必要○→友情・健康・食事・衣服・住居 / 不要×→豪邸・豪華な食事・名声・権力】

**POINT!** エピクロスの説く**快樂**=贅沢や名誉、身体的快樂といったものではないことに気を付ける！

実際にはお金を稼がなければ好きなものは買えないし、そのために社会の競争にも立ち向かっていかなければならないかもしれない。しかし、自分の心をすり減らしてまで過剰にそれらを追い求めることは、幸せな人生と言えるだろうか？  
頑張りすぎて自分を見失いそうなとき、エピクロスの考え方は心を楽にしてくれるかもしれない。



心を整える言葉 **正しい人は最も平静な心境にある。これに反し、不正な人は極度な動揺に満ちている。**

(参考文献:『人生を変える哲学者の言葉 366』きずな出版/『エピクロス-教説と手紙』岩波新書 1959)

## (iii) 一者の思想と新プラトン主義

ゼノンやエピクロスが活躍した後、ギリシアは衰退していくことになるが、思想の面では3世紀~6世紀ごろに新たな哲学が完成される。

- [<sup>15</sup> ]: [<sup>16</sup> ]が確立 ※プラトンの思想を中心にアリストテレスや古代インドの思想を取り入れた
- ・ すべてのももの根源には[<sup>17</sup> ]が存在し、全ての物はその一者から流出する。
  - ・ 人間は一者を追い求めて、一者と一致しようと生きることが幸福に繋がる

神秘的でわかりにくい考え方だが、一者を「神」のようなものとイメージしてみる。究極の存在から私たちの世界は創られており、私たちはそれを追い求めることで幸せになれる。プラトンのイデア論に通ずる部分があれば、宗教的な雰囲気も感じられる。彼の考え方は、後のキリスト教思想にも深い影響を与えた。



# ヘレニズム思想

ゼノン/エピクロス

幸福をめぐる問い



ギリシアが戦争に敗れ各ポリスが崩壊すると、アレクサンドロス大王の支配下にある世界国家へと併合されていった。

これにより、ギリシア文化とオリエント文化の融合が生まれ、独特な文化(=[<sup>1</sup> **ヘレニズム** ])が形成される。

また、ポリスの拠り所を失ったギリシア人は、個人としての生き方や心の平安を追い求めるようになる。ここで生まれた2つの学派を紹介していくが、いずれも「**悲しみや死への不安・恐怖を取り除き、心安らかな状態になること**」を目指した。

## (i) ストア学派

### ゼノン

■ギリシャ (前335-263)

自然に従って生きよ

アテネの哲学者。アテネの柱廊(これをストアと呼ぶ)で講義をしたことから、ストア学派と呼ばれるように。

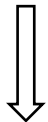
**Keyword** 情念(パトス)/世界市民/アパテイア/禁欲主義

#### \* ストア派の教え 「悲しみも死も、すべて運命と受け入れなさい」

この世界では、どんな運命も偶然も「理由」があって、「必然性」がある。

そして、理性(=[<sup>2</sup> **ロゴス** ])を働かせれば、その運命を理解することが出来る。理解できれば心は安らくなる。

例) 親しい人が死ぬこと、民族的に受けた迫害、自分自身の死 → これらも自然の秩序。



しかし、**情念**(=[<sup>3</sup> **パトス** ])に惑わされるから、理解が難しくなってしまう。

▶ 怒り・悲しみ・恐怖などの激情や欲望

### 禁欲主義

情念に動かされない「自由な境地」=[<sup>4</sup> **アパテイア** ]に至ること！

・喜怒哀楽の感情に揺れない心

・運命に従って生きる 「人はいつか死ぬから仕方ない」「太ったら病気になりやすいから暴食しない」「不正をすればいつか地位を失うからしない」

あらゆる欲望・激しい感情は抑えて生きていこうとする姿勢を理想 → 「[<sup>5</sup> **自然に従って生きよ** ]」

また、人間はみな理性を有する限り、[<sup>6</sup> **世界市民** ](**コスモポリタン**)として同胞であり平等な存在と考えた。

ここまで不動心を徹底してしまうと、人間らしい生き方では無いような気もしてしまうが、

感情の起伏が激しく疲れてしまう人にはちょうどいい考え方もかもしれない。割り切った考え方が出来れば、

切り替えも早くなるよね。大学受験だって最後は運命！不安な気持ちは捨てて、今やるべきことに集中しよう！

#### + α ■ ストア学派を受け継いだローマ人たち

・ [<sup>7</sup> **キケロ** ]・・・自然法思想を展開

・ [<sup>8</sup> **セネカ** ]・・・皇帝ネロの後継者でローマの哲学者。理性を重視

・ [<sup>9</sup> **エピクテトス** ]・・・神への崇敬と恭順を説く。

・ [<sup>10</sup> **マルクス=アウレリウス=アントニヌス** ]・・・ローマ皇帝。簡素な生活を送りつつ、自らの魂に向けた内省の言葉を書きとどめる『[<sup>11</sup> **自省録** ]』を著す

# エピクロス

■ギリシア(前341-270)

隠れて生きよ



アテネの哲学者。郊外に学園(エピクロスの園)をひらき、友人らと共に隠居生活を送る。

**Keyword** アタラクシア／原子論／快樂主義

\* エピクロス派の教え 「死ねば魂も消滅する。恐怖など感じるはずがない！」

[<sup>11</sup> **デモクリトス**]の原子論から影響を受けており、人間の肉体も魂も全て原子の集合だと説いた。そう考えると、人の死だって魂がバラバラになることで痛みや恐怖も散り散りになるだけのこと。結論、死ぬことって別に怖くないよね？というのが彼の主張である。

このように理性を働かせて、冷静に考えていければ、死ぬことすら怖くない。

肉体や死の恐怖から離れたとき、魂の平安(=[<sup>12</sup> **アタラクシア**])がもたらされると説いた



このために必要な生き方とは…

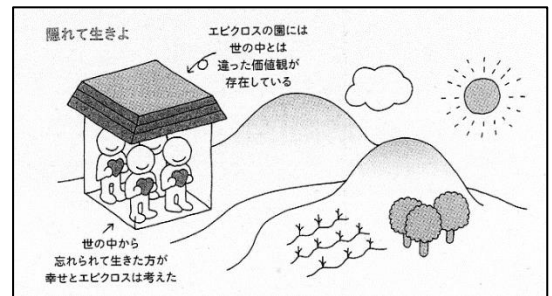
**快樂主義**

公共の生活から離れ、社会の煩わしさから逃げろ！=[<sup>13</sup> **隠れて生きよ**]

- ・ 社会人として、政治や仕事、育児に追われることなどは、魂の平安を乱すもと
  - ・ 社会から離れて自給自足な生活をしながら、わずかな友人と共同生活をするのが理想
  - ・ 必要な欲求だけを満たし、「パンと水」の慎ましい生活をすることで、[<sup>14</sup> **精神的快樂**]を得られる
- 【必要○→友情・健康・食事・衣服・住居 / 不要×→豪邸・豪華な食事・名声・権力】

**POINT!** エピクロスの説く**快樂**=贅沢や名誉、身体的快樂といったものではないことに気を付ける！

実際にはお金を稼がなければ好きなものは買えないし、そのために社会の競争にも立ち向かっていかなければならないかもしれない。しかし、自分の心をすり減らしてまで過剰にそれらを追い求めることは、幸せな人生と言えるだろうか？  
頑張りすぎて自分を見失いそうなとき、エピクロスの考え方は心を楽にしてくれるかもしれない。



心を整える言葉 **正しい人は最も平静な心境にある。これに反し、不正な人は極度な動揺に満ちている。**

(参考文献:『人生を変える哲学者の言葉 366』きずな出版/『エピクロス-教説と手紙』岩波新書 1959)

## (iii) 一者の思想と新プラトン主義

ゼノンやエピクロスが活躍した後、ギリシアは衰退していくことになるが、思想の面では3世紀~6世紀ごろに新たな哲学が完成される。

[<sup>15</sup> **新プラトン主義**]: [<sup>16</sup> **プロティノス**]が確立 ※プラトンの思想を中心にアリストテレスや古代インドの思想を取り入れた

- ・ すべてのももの根源には[<sup>17</sup> **一者**]が存在し、全ての物はその一者から流出する。
- ・ 人間は一者を追い求めて、一者と一致しようと生きることが幸福に繋がる

神秘的でわかりにくい考え方だが、一者を「神」のようなものとイメージしてみる。究極の存在から私たちの世界は創られており、私たちはそれを追い求めることで幸せになれる。プラトンのイデア論に通ずる部分があれば、宗教的な雰囲気も感じられる。彼の考え方は、後のキリスト教思想にも深い影響を与えた。