



ストイック

永田円了

The Wisdom of Marcus Aurelius

人生、楽しいから生きるのか、それとも、生きるから楽しいのか？ あなたの答えはどうか？

ストイックとは、禁欲、がまんか？ いや違う。ストイックの真の意味は、楽しくても、楽しくなくても、人生そのものの中に意味を見つける生き方をいうのである。生きがいとか喜びは目的ではなく、それらは生きた結果として得られるものとする考え方である。英語でいうなら、Living is fun, but not for fun. である。

宇宙と私は一体

紀元2世紀に在位した16代ローマ皇帝マルクス・アウレリウスの書いた『自省録』には、「全てのものは、もとをただせば、一つのエネルギー。宇宙は始まってから137億年、未だ成長し続けている生命体であり、物質と魂として存在している。その宇宙と私は一体である」つまり、我々はみな、宇宙の住人として共同作業をしているというのである。



ある人は、意識的に、ある人はそうとも知らないで。眠っている人でさえ、宇宙の共同作業者である、という考え方である。例えば、喜劇には必ず笑わせるための「くだらないセリフ」が必要である。それだけみると、実にくだらないのだが、全体には必要なものなのである。

ストイックな人生

個々人の夢や目標の実現ではなく、宇宙（社会）が必要とするミッションを、自分の損得、好き嫌いを超えて、果たしていく人生。自分の置かれた場所で、退行せず隔離せず、否認せず抑制もせず、事態に凜として自分の役割を果たしていく態度。自分が生まれた理由は、宇宙から与えられたミッションを果たすことにあり、死はその宇宙への帰郷である、とする考え方である。



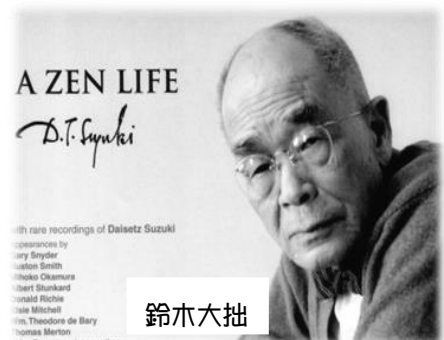
朝起きにくい時のために、次のような考えを用意しておくといい。植物や小鳥やアリやクモやミツバチにいたるまで、宇宙の一員としての務めを果たしている。よし、自分もそうしよう。

単純に生きて死ぬとは・・・これはどうか、君は船にのった。航海した。岸に着いた。では上陸だ。というように時を過ごすこと。生まれて、生きて、働いて、やるべきことをして、宇宙へ還っていく。生きること、働くこと、死ぬことをまるごと肯定する、いわば究極の自己肯定感、これを「幸福」とする考え方である。

ストイックとは、冒頭の問い、「楽しくなければ、人生じゃない」の、まさに真逆の生き方である。果たしてどちらの人生観が人を幸せにするのだろうか。いや、幸せというより、より深く、ぶれない人生を送ることができるのか、時間をかけて考える価値は充分にある。

<事例 DVD>

We are all connected / Carl Sagan 私たちは全て宇宙とつながっている
ミクロからマクロへ / 10の40乗の世界、私たちの内部に宇宙がある
WBC 鳥谷の盗塁、井端のヒット / 淡々とやるべきことを成し遂げる
泉谷しげる『春夏秋冬』をストイックに歌うと、
ロックバンド・山一郎氏が、うつ病に。立ち直るにはどうすれば、
俳優・司会者、高島忠夫、うつ病に。あんなに陽気な人が何故
役者の仮面・ペルソナ、ユング語る「ペルソナは本物の人格ではない」
玉三郎、ペルソナを語る。女というものを見せる
高橋和(やまと)プロ棋士、自律神経失調症に、回復のきっかけは、
石原裕次郎、徹子の部屋、自分ではない自分を演じるジレンマ
ドラマ 14世、ただのおじさん、心の自由があるから、
岡村美穂子、鈴木大拙を語る NHK こころの時代 2012/12/30
歌・ダイアナロス If We Hold On Together 夢が私たちを見ている



円了のホームページ: www.enryo.jp