



# 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。「楽しくなければ、人生じゃない」と考えているなら、是非今回の講座『ストイック』を聞いて頂きたい。

ストイックとは、禁欲、がまんか？ 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』より引用する。「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ずに。眠っている人でさえ、宇宙の共同業者である、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、事態に凍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。(アウレリウス)

**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  
 ミクロからマクロへ / 10の40乗の世界  
 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  
 玉三郎、京都賞受賞 / これがいいとおもったら、おしまい、  
 皇帝ペンギン / 100キロを20日かけて歩き続ける  
 岡村美穂子、鈴木大拙を語る NHK ころの時代 2012/12/30  
 歌・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](http://www.enryo.jp)

