

# マルクス・アウレリウス『自省録』における人間観について

## On the View of Human Beings in Marcus Aurelius' *Meditations*

笠井 哲

福島工業高等専門学校 一般教科

KASAI Akira

National Institute of Technology, Fukushima College, Department of General Education

(2023年8月31日受理)

The purpose of this paper is to examine the view of human beings in Marcus Aurelius' *Meditation*. Aurelius says that there are things that are neither good nor bad. In any human relationship, if you don't judge right and wrong, and don't ask others for anything, you won't feel anger in their words and actions. When the mind is disturbed, philosophy thinks about what happiness is. Happiness cannot be considered apart from relationships. Knowing that others can make mistakes, you can be as tolerant as Aurelius.

**Key words:** Marcus Aurelius, Meditation, the view of human beings, philosophy, happiness, tolerant

### 1. はじめに

マルクス・アウレリウス・アントニヌス（121–180）は、プラトン（BC. 427–BC. 347）が『国家』で理想として描いた「哲人政治」を体現した唯一の皇帝であった。ローマ五賢帝の最後を飾るアウレリウスの時代は、水害や疫病が発生し、辺境からは蛮族が侵入し、ローマの平和が次第に浸潤されていく衰亡期の始まりであった<sup>1)</sup>。

皇帝として権力の弱まった彼が、政務を離れた戦地で書いたのが『自省録』である。本書は、私的なものであり、誰かに読ませる目的がないため、虚栄もごまかしもまったくない本心から生まれた思想が書かれている。

ストア派の哲学は、初期、中期、後期の三期に分けられるが、アウレリウスは、後期ストア派に属していた。後期ストア派のエピクテトス（55–135 頃）が、アウレリウスに少年時代から大きな影響を与えたという。

解放奴隷出身のエピクテトスは、何も書き残さなかったが門弟が記した言行録により、その思想や行動を知ることができた。読書と瞑想を好んだアウレリウスは、ストア派の哲人に分類される。ストア派の哲学の中心は、「倫理学」であった。

『自省録』には、エピクテトスからの引用が多く見られる。ただし、両者には直接の師弟関係はない。アウレリウスが深い絆で結ばれ、親しい相談相手でもあった、恩師ルスティクスの蔵書により、エピクテトスの思想を知ったことを、彼から受けた多くのものを挙げて、次の

ように記している。

「ルスティクスからは、自己矯正と人格陶冶の必要という思いを得たこと。（中略）最後に、エピクテトスの『語録』を知るようになったこと。この書物は、彼ルスティクスが家から持ってきて私にくれたものである。」<sup>2)</sup>。

アウレリウスの『自省録』を、政治哲学者ジョン・スチュアート・ミル（1806–1873）は、「古代精神の最高の倫理的所産」と評した。ゲーテ（1749–1832）もまた、『自省録』をよく読んでいたという。時代を問わず多くの人を引きつけた『自省録』の魅力は、読みやすい短文の集まりであったこと、人生論として共感できること、特定の宗教色がないことなどであるという<sup>3)</sup>。本稿の目的は、アウレリウス『自省録』における人間観について考察することである。

### 2. 困難への対応

誰でも生きる上で、何らかの困難に見舞われる。アウレリウスは、人間には乗り越えられない困難はないことを次のようにいう。

「本性上耐えられないことは、誰にもけっして起こらないものである。別の者に〔自分と〕同じことが起こる、そしてその者は、その起こったことを知らぬ〔すなわち無知〕か、もしくは〔己の〕高邁さを誇示してか〔すなわち虚栄〕、泰然自若として終始己が身の損なわれることもない。まこと、無知と虚栄が叡知より強力であるとはおぞましいことである」<sup>4)</sup>。

ここに、アウレリウスが「無知と虚栄が叡知より強力である」というのは、人間に耐えられないことは何一つ起こらないという意味である。無知とは、自分に起こったことを知らないのである。例をあげると、幼い子供の親が亡くなった時に知ってはいても、それが人生にいかなる影響を与えるかわからない。したがって、喪失感や悲しみはあっても、それ以上のことを知らないのである。虚栄とは、高邁さを誇示しており、泰然自若として終己が身の損なわれないことである。

それに対して、叡知のある人はいかなる困難に見舞われても向き合う。知らないふりをしたり、虚栄を誇示したりしない。困難に耐えることができるのである。アウレリウスはまた、困難についてこう述べている。

「あることがおまえ自身になしとげがたいといって、それを人間にとって不可能なことを考えないように。いな、人間にとって可能であり本来的なものならば、それはおまえ自身にとっても遂行可能なものと考えよ」<sup>5)</sup>。

これは、誰もが如何なることも成し遂げられるというのではない。親を亡くしたり、老いや病気に直面したり、生きていく上で不可避なことがある。これらがいかに耐え難くても、多くの人間が同様の経験に遭遇し、乗り越えることができたのだから、お前も乗り越えられないことはない、と自分に語りかけているのである。

いかなる結果であれ、引き受けるしかない。何もせず後からあのときにしておけば上手くいったかもしれない、と過去の可能性を考えるべきではない。結果を引き受け、再挑戦するかまたは他のことにチャレンジすればよいのである。

「おまえを悲嘆に誘うものにあつては常に、次の原理を用いることを心に銘記せよ。すなわち、それは不運ではないということ、むしろそれを気高く耐えることが幸運であるということ」<sup>6)</sup>。

悲嘆に誘うものに遭遇することは、不可避である。それを如何に受け止めるかが重要である。悲しまないのが、「気高く耐える」のではない。

人間は、自分の外で起こったことが不幸にしたと考えがちである。しかし、同じようなことが起こっても、いかに受け止めるかは、人によって異なっている。

ただし、人は生きている限り、自分の外で起こったことや起こっていることに、目を瞑るわけにはいかない。自分とは無関係ではなく、自分に関することであれば心穏やかにはいられない。こうした場合に、いかにすればよいのだろうか。

「事物は魂の枷にならず、働きかけることなくおまえ

の外に存在するものであり、おまえの内なる思いなしからのみ生ずる」<sup>7)</sup>。

「おまえが何か自分の外にあるものゆえに苦しむ場合、おまえを悩ますのはその外なるものではなく、それについてのおまえの判断である」<sup>8)</sup>。

ストア派の哲学では、何か外にあるものを認識する際、映像を心に刻印するという。外部の印象は、判を押すように心に刻印されるのだが、正しく認識できることはまた別問題である。

「他人の統率的部分のうちにおまえの災いはあるのではなく、さらにはおまえを取り囲む環境のある種の変転や変化にあるのでもない。では災いは何処にあるのか、災いについてのおまえの思いなす部分の存するところである」<sup>9)</sup>。

自分の外に起こることが必ずしも災いではなく、自分がそれを災いと思いなすのである。

「おまえを悩ますもののうちの多くの余計なものはすべておまえの判断に基づくがゆえに、おまえはそれを除去することができる」<sup>10)</sup>。

自分の意志と関係なしに起こることは、避けることができでない。しかし、そのことを判断するとき、判断を誤っていないかよく考えてみなければならない。アウレリウスは、判断を誤るから悩みが起るのであり、正しく判断できれば悩みはなくなるという。

### 3. 善でも悪でもない

これまで、困難への対応について見てきた。人生の困難が悪なのか、または欲しいものを手に入れたら幸福になる、つまり善であるかは自明ではない。アウレリウスは、善でも悪でもないものがあるとする。こういう善悪の定義は、「ストア倫理学の特色の一つ」<sup>11)</sup>であった。

「死と生、名声と不評、労苦と快楽、富裕と貧乏、これらすべて美しくも醜くもないものとして、等しく善人悪人にすべてに生じる、したがってそれは善きものでも悪しきものでもない」<sup>12)</sup>。

ここに挙げられているのは、善と見なされていることと反対に悪と見なされていることであるが、彼は、それ自体は善でも悪でもないという。では、そういう善でも悪でもないものに、どう対応すればよいのか。彼は、次のようにいう。

「この上なく立派に生き貫くこと。この力はおまえの魂のうちにある、もしおまえが〔善悪いずれでもない〕無記的なものに無記的〔無関心〕は態度をとるならば。

ところでそれらの〔善でも悪でもない〕もの一つ一つ

を分析的かつ全体的に観察して以下のことを心に留めれば、それらに対して無記的〔無関心〕な態度をとるであろう」<sup>13)</sup>。

アウレリウスは、善でも悪でもないものに無関心でいるならば、この上なく立派に生きることができるという。ではどうすれば、無関心でいられるのか。それは、善悪の判断をしなければよいのである。老いや病気、災害のみならず、他者さえも善でも悪でもない。

「一方の論拠からすれば、つまり、人には親切もした我慢もしなければならぬという限りにおいては、人間はわれわれに最も親近的なものである。しかし、ある者たちはわれわれ本来の仕事に邪魔立てするという限りにおいては、人間は私にとって太陽、風、獣と同様〔善悪どちらでもない〕中性的なものの一つとなる」<sup>14)</sup>。

強い日差しで太陽が仕事を邪魔立てするように、人と関わるときも我慢もしなければならぬことがある。

「これらによって活動のあるものは阻害されましょう。しかし、意志と心術に対しては、除去と方向転換〔の私による適用〕によって障害となることはない。なぜならば、精神は己が活動の妨害となるものをすべて〔逆に〕牽引役へと方向転換させ変質させる。そしてこの仕事の邪魔立てするものは〔却って〕仕事に役立つものとなり、この道に立ちあがるものは前進を促進するものとなる」<sup>14)</sup>。

他者が仕事の障害になるとしても、役立つものに変えることができる、とアウレリウスは考える。他者を牽引役に変えるためには、自分の仕事に改善の余地があるかもしれないのである。

「神々のことは摂理に満ちている。運命のこともまた『自然』、すなわち摂理の統べる事物から編み上げられた組織に欠けてはいない。万物はそれより流れ出る。さらに、〔万物には〕必然性と、おまえ自身その一部である宇宙全体への有益性が加わる」<sup>15)</sup>。

この世界に偶然はなく、すべては神の摂理によって起こる。アウレリウスによると、それはまた、宇宙全体に有益であるというのである。

人生には、二つの面すなわち必然と偶然がある。何もかもが偶然に起こるのであれば、運命を考えようがない。反対に、必然だけであっても、運命を考えることはできない。では、アウレリウスは運命を如何に考えているのであろうか。次の言葉は、一見彼が消極的な生き方を勧めているかのようである。

「かかる者はものごとを追ひも避けもせず生きることであろう」<sup>16)</sup>。

では、なぜこういうのであろうか。

「おまえ自身をクロトに悦んで捧げよ、御神の欲するがままのことどもで〔おまえの運命の糸を〕紡ぐようにお任せして」<sup>17)</sup>。

クロトとは、運命の三人の女神の一人である。ラケシスが過去、アトロポスが未来、クロトは現在を司るのである。

「生起することに納得の上従うのは理性的動物のみに許されていることであり、単に従うだけのことならすべてのものに否応なしということも〔表象せよ〕」<sup>18)</sup>。

ここでアウレリウスは、納得の上従うと表現をしている。眼が健康であれば、何色でも見ることができる。特定の色だけを見ようとするのではない。したがって、

「かくて、健康な精神もまた生起する全てに対する受け入れ態勢ができていなければならぬ。『子供が助かりますように』と言い、『自分のなすことは何でも人々が褒めてくれますように』と言う精神は、黄緑色を求める眼であり柔らかいものを求める歯である」<sup>19)</sup>。  
というのである。

何であれ、自分の都合の良いことだけが起こることはない。子供が助かりますようにどころか、自分の子供だけは助かりますようにと願うかもしれない。自分のなすことは何でも人々が褒めてくれますようにという人は、他者が自分のために存在すると考えるが、そういう人ばかりではなく、自分に反対する人が必ず存在する。

「自分に紡がれて生起するものを愛し歓迎する」<sup>20)</sup>。  
生起するものを愛せよ、とは運命愛の思想である。

「万物は永遠の昔より同一普遍の相のものにして永劫回帰する」<sup>21)</sup>。

この世にあるすべてのものは、未来永劫にわたって繰り返すという。運命に自分を委ねるとは、いかなることであらうか。アポロンの子供とされる名医アスクレピオスの処方との類比で、次のように説いている。

『アスクレピオスは某々に騎馬を、あるいは冷水浴を、あるいは裸足を処方した』と言われているが、次のことばもまたそれと同じ性質のものである。すなわち、『万物の自然はこれこれの者に病気とか、不具とか、損失とか、それに類することのなかのまた別のものを処方した』ということか。

というのは、先の場合『処方した』とは以下のことを意味している。すなわち、『これを健康に適するものとして、これこれの者に割り当てた』と。そして後者の場合は、各人に生起することは運命に適したものとしていわばその者に割り当てられたのである」<sup>22)</sup>。

「総じて一つなる調和が存し、宇宙があらゆる物体を経緯として現に在るとき〔一大〕物体を作り上げられていると同様、運命はあらゆる原因をもって現に在るとき〔一大〕原因に作り上げられているのである」<sup>22)</sup>。

何か起こったときに、運命がもたらしたと考える場合がある。したがって、アウレリウスは、アスクレピオスが処方したもののように、その運命を受け入れるべきだというのである。

「たしかに多くの苦いものがそれらのなかにはある。しかし、われわれは健康への望みに動かされ悦んでそれを受け容れるのである」<sup>23)</sup>。

アウレリウスは、自然にとってよいと思えるものが完成するのを、健康と同様に考えねばならないという。

「そのようにまた、生起するものすべてを、たとえそれがなにほどかの難儀なことに思われようとも、悦んで受け入れよ」<sup>23)</sup>。

そのことが、宇宙の健康につながるからである。アウレリウスは、宇宙を管理する者を「ゼウス」と呼ぶ。

「そもそも彼〔ゼウス〕は全体に益なきものを何かある者になすことはなかったであろう。なぜなら『自然』のどこを取り上げても、己の支配下にあるものに不適当な何かを齎すことは決してないからである」<sup>23)</sup>。

個人にとって「苦い」処方であっても、健康に寄与することがわかり、健康になれるなら生活を改善する努力をする。とはいえ、個人の健康を全体の益との類比で、語ることはいいのであろうか。

『自然』に即してしまも悪いというものは、ぜったいに存しないからである」<sup>24)</sup>。

「すべてこの世に生起することは、しかるべくして生起する」<sup>25)</sup>。

世界に摂理があつて、起こることがすべて正しいならば、老い、病気や死、災害などすべてに意義があることになる。個人的には悲惨な出来事でも、宇宙全体から見れば何らかの意義があるとして受け入れられるのであろうか。周囲の人間についてはどうであろうか。

#### 4. 他者との向き合い方

周囲の人間が、自分に好意的な人ばかりであるのが理想であるが、実際に他者は行く手を遮るため、そのことで煩わしい日々を送ることになる。アウレリウスの周囲にも、当然そういう人がいたのであろう。

「人々は〔内に〕軽蔑し合いながら互いに阿諛追従の態度をとり、〔内心では〕優越せんと欲しながら互いに譲り合う」<sup>26)</sup>。

人に優越したいと考える人は、皇帝もその手段として利用しようとしていたのであろう。

「早暁。今日という日に先立って己に言うこと、一私は今日も、お節介な人間や忘恩の徒に、傲慢な人間や欺瞞的な人間に、中傷家や非社交的な人間に出会うであろう」<sup>27)</sup>。

誰にも話せない不満を、読まれないようにアウレリウスはギリシア語で書いていたのであろう。毎朝、嫌な人間に会うことを彼が考えていたとすれば、周囲に敵が多かったと思われる。

「誰一人宮廷生活を託つおまえのことばをこれ以上聞かぬようにせよ。それに、おまえ自身が自身の〔そのような〕ことばをも聞かぬように」<sup>28)</sup>。

宮廷で不満を皇帝が誰かに話すことは考え難いことだが、心を許せる側近がいた可能性はある。しかしさらに彼は、心の中で秘かにつぶやくべきでないという。相手に問題があるにしても、そういう他者といかに関わるか、考えなければならないからである。

『皇帝』化させられてしまわぬよう、その色に染められきることになきように心せよ。これは現に起こることであろうから」<sup>29)</sup>。

皇帝になっても、衣の色の紫に染められないようにするとは、哲学者であることをやめてはいけない、と自分に言い聞かせているからである。これは現に起こることとは、権力を手にした人誰にでも起こるといふ。「皇帝という自身の立場と哲学とは著しい緊張を孕んだ関係にあった」<sup>30)</sup>。皇帝になったから接近してくる人の影響で、彼自身が染められることもあるだろう。

「さればよく気をつけ、おまえを単純素朴にして善良な、汚れなき、謹厳にして虚飾なき、正義の友にして敬神の、親愛の情に満てる、己の義務に強力有能な者であるようにせよ。哲学がおまえを形作ろうと欲したとき人物で変わらずにあるよう競って励め。神々を畏敬し人々の安泰を計れ。人生は短い。この地上の生の唯一の成果、それは敬虔な心構えと公共を想う行為である」<sup>31)</sup>。

以上により、アウレリウスがいかなる人間になりたいと思っていたかが理解できる。人生が短くても、他者に親切にし、公共のために行動すべきである、というのである。皇帝のように命を狙われることがなくても、他者から傷つけられることはありえる。そういう時に、いかに対処すべきかを想定しておくべきであろう。アウレリウスの寛容の精神が表現されている、次の一節をみよ。

「過ちを犯す者をも愛することは人間に固有のことである。そしてその行いは、以下のことがまた同時におま

えの想いとなるときに生じる。すなわち、彼らはもともとおまえと類を同じくする者であり、無知ゆえにそうとは知らずに過ちを犯すのであらうということ。時をおかずわれ人ともに死んでしまうであらうこと、ことにもおまえに害を加えはしなかった。なぜならおまえの内なる統率的部分を以前にあったよりもより悪くはしなかったから、ということ」<sup>32)</sup>。

過ちを犯す人を愛するのは、自分も同類だと見ることである。過ちを犯した人は、無知のためにそうとは知らずに犯したという。

「早晚。今日という日に先立って己に言うこと、一私は今日も、お節介な人間や忘恩の徒に、傲慢な人間や欺瞞的な人間に、中傷家や非社交的な人間に出会うであらう」<sup>33)</sup>。

無知とは、何も知らないということではない。アウレリウスは、続けて次のように書いている。

「これら〔の悪徳〕すべては、善悪に対する彼らの無知から彼らに生じたものである。私は、全の本性は美しく悪の本性は醜しと観じ、かの、過ちを犯す人間自身も自分と同類のもの―ただし血と種を同じくするというのではなく、知性と一片の神性を共に持つという意味で、同類のものであることを観取しているがゆえに、私はこれらのだれからも被害を受けることはありえない。つまり、何人も私を醜悪なものに包み込むことはできないからである」<sup>33)</sup>。

ここにいう「無知」とは、善悪に関して無知なのである。この善と悪とは、道徳的なことではない。善は「ためになる」ことであり、悪は自分の「ためにならない」、ということである。自分のためになるか、ならないかを知らないのが無知であり、故意ではない。アウレリウスは、また次のようにもいう。

『『すべての魂が真理を欠くのはその意に反してのことである』という先人のことばがある。まことにそのようにして正義、思慮、親切、それに類するすべてのものも欠くのである」<sup>34)</sup>。

魂が真理を欠くとは、善悪の判断を誤るということである。過ちを犯した人に対して、自分は絶対にそういうことをしないと断言できない。それは自分も同類だからである。同類とは、「知性と一片の神性を共に持つという意味」であった。同じ境遇であっても、過ちを犯さないと断言することは難しい。このように考えれば、過ちを犯した人を断罪することはできない。

「誰かがおまえに何か過ちを犯した場合には、彼は何を善ないし悪と考えての過ちであったかと直ちに考えて

みよ。なぜなら、その点を見て取ればおまえは彼に同情し、驚くことも瞋ることもないであらうから」<sup>35)</sup>。

すなわち、自分も判断を誤ることがありえるのを自覚していたら、同情し責めることはできない。アウレリウスは、また次のように書いている。

「最も肝心なことは、そのことを不断に心に温めていることである。なぜなら、そのときおまえはすべての人に対し優しくあるであらうから」<sup>36)</sup>。

すなわち、人は故意に過ちを犯すのではないことを理解すれば、すべての人に対して優しくなれる、とアウレリウスはいう。過ちを犯す人が自分と同類であることを知り、そういう人にも優しくあることを求めるだけではない。次の一節を見よ。

「いったい何をおまえは気に入らぬというのか。人々の邪悪か。理性的動物は相互のために生まれ出てきたこと、我慢は正義の徳の一部であること、人はそのつもりなく過ちを犯す者ということ、また今迄にいかに多くの者が激しい敵意と猜疑をいだき、人を憎み人と争ったあげく火葬に付されていったか。―これらの結論をよくよく想いみて、とどのつまり心を和らげることだ」<sup>37)</sup>。

さらに、「敵意と猜疑をいだき、人を憎み人と争う」のは、人間本来の姿ではない。人間という理性的動物は、相互のために生まれ出てきたという。人間は、対立するのではなく、協力し合うことが本来の姿であるというのである。

「また私は、自分と同類の者に怒りを懐くことも、彼を忌避することもできない。なぜなら、われわれは足や手や脛や上下の歯並びのごとく、協働するためにうまれてきたものであるから。されば、互いにいがみ合うことは『自然』に反する。そしていがみ合うとは、怒りを懐き、背を向けることをいうのである」<sup>38)</sup>。

この箇所では、明確に「われわれは足や手や脛や上下の歯並びのごとく、協働するためにうまれてきた」というのである。アウレリウスは、人間の身体の構造を例に、互いにいがみ合うことを自然に反するとしている。ではどうすればよいのであろうか。

「われわれすべての者は一つなる目的に協働している。ある人々はそれを認識し意識した形で、またある人々は、言うなれば思うにヘラクレイトスが『眠れる者も宇宙に生起することの工作者であり協働者である』と言っているごとくそれとは知らずに。それぞれの人はそれぞれの仕方では協働しているのであり、さらにかてて加えて、宇宙の出来事に対して罵詈する者、反逆してそれを破棄せんとする者さえもである。かかる者をも宇宙は必要とし

たからである」<sup>39)</sup>。

ここにいう目的とは、世界が良い状態に保たれることである。その目的に協働して生きることが人間本来のあり方であるといえる。では、なぜ協働することが必要なのであろうか。

「枝は隣の枝から伐り離されずにはすまない。まことにそのように人間もまた一人の人間から引き裂かれたら彼は社会全体から離脱してしまう。ところで枝は枝とは別の者が伐り取るが、人間にあつては身近な者を憎み、背を向けることによってわれとわが身をその者から遠ざける。しかし、彼は同時に公共体全体からも自分を切り離してしまうことになるのに気付かないのである」<sup>40)</sup>。

過ちを犯すのではなくとも、自分と異なる考えの人を見たときに、自分が正しくあの人は間違っていると考えるのも、自分をも社会全体から切り離すことである。

「われわれには再び隣の者と一体となり再度全体を完成しうる者となる力が与えられているのである」<sup>41)</sup>。

犯罪者を断罪する際には、自分はそういうことをしないと考える。犯罪は許されないが、犯罪者を断罪することは断罪した人を公共体全体から切り離してしまうことになる。罪を犯した人も、再び一体となり更生し、全体を完成しうるという。

自分が人にしたことを忘れない人がいる。それをアウレリウスは、よしとしない。そうではなく、果実を実らせてのちは、それ以上何も求めない葡萄の樹を理想としていることを、次のようにいう。

「ある者は、誰かに何か親切をしたときにはその者に対してそのことの感謝を勘定に入れがちである。しかし別の者は、そうした傾向は持たぬが、しかしながら他面相手を債務者として心のなかで思い、自分のなしたことをそれと意識している。さらにまた別の者は、自分の行為をある意味ではそれと意識することさえなく、房をつけ一たびそれ固有の果実を実らせてのちはそれ以上ほかに求めない葡萄の樹に似ている。人は親切を尽くしても声高に言い触れさず別の親切に移って行く、あたかも葡萄の樹が再びその時季に房をつけることに赴き、また駆けた後の馬、追跡した後の犬、蜜を作った後の蜜蜂のように」<sup>42)</sup>。

自分の行為を意識せず、それが他の人に見られるかを考えないのがよいのである。そういう人を、アウレリウスは、「房をつけ一たびそれ固有の果実を実らせてのちはそれ以上ほかに求めない葡萄の樹」に喩えている。

「いかなる様式のものであれ美しいものはすべてそれ自体からして美しく、それ自体へと赴いて止む。それに

加うるに賞賛をその一部として持つことはない。まことに賞賛されるものがより悪しくあるいはより良くなるというものではないのである」<sup>43)</sup>。

賞賛をその一部として持つことはないというのは、美しい行為は自己完結的であり、賞賛されなくても報われるということである。賞賛されるものがより悪しくあるいはより良くなるというものではないのは、次のように考えられる。すなわち賞賛されるものがそのことでより良くなり、あるいは非難されるものがそのことで悪くなる、というのではない。

「他人が何かをなすかなさぬかには何も求めることのない者」<sup>44)</sup>。

いかなる人間関係においても、他者に何も求めなければ、言動に怒りを感じることはなくなるといえる。

## 5. 自分を見つめる

『自省録』は、アウレリウスが自分自身に向かって呼びかけたものであった。心が乱されるようなことがあった場合に、直ちに自分自身の中に帰るようにということを次のように述べている。

「おまえの心がおまえを取り巻く環境によっていやおうなく、言うなれば惑乱のなかに投げ込まれるばあいには、速やかにおまえ自身のなかに帰り、必要以上におまえ〔本来〕のリズムから逸脱することをやめよ」<sup>45)</sup>。

リズムというのは、人間の本来的な生き方のリズムのことである。

「例えば、人が水の透き通った甘美な泉の傍に立ってそれを瀆す雑言を吐いたとしても、泉は変わることなく清冽な水を噴き出すことを止めることはない」<sup>46)</sup>。

他者からの直接の働きかけで心が乱されることもあれば、誰かからの伝文で誹謗中傷されていることを知り、心が乱されることもある。しかし、そういうことがあっても、内にある泉は水を止めることはない。

「心内を掘れ。心内には善の、そしておまえが常に掘る限り常に迸り出る泉がある」<sup>47)</sup>。

外で何が起ころうとも、内面が乱されることはないのである。人間関係において心が乱されても、目を外に向けなければ自分のリズムを回復できるということを、アウレリウスは次のように述べている。

「憩いの場所にと、人々は田園や海浜や山地を求める。すべてそうしたことは、欲するときにおまえは自己の内に憩えるのに、この上なく知恵のないばかげたことである。なぜなら人は、自己の心内に退いて憩うよりもより安らかに、諸事面倒から離れてという所はどこにもない

からである。一たびそれを覗き見るや身は直ちに快適の極みとなるごとき拠り所を内に持つ者においては、ことに然りである。ここに私のいう快適とは節度以外の何ものでもない。されば、かかる憩いの場をたえずおまえ自身に与え、おまえの生気を新たにせよ。」<sup>48)</sup>。

人との関わりに疲れた際に、どこかに出かけることをしなくても、「自己の心内に退いて憩う」ことにより、安らかに過ごせる。

「他人の心にいま何が起きているか、それを知らぬゆえ不幸だという人間など、おいそれと見つかるものではない。それに反し、自分の心の動きにたえず注意を向けぬ輩は、不幸な人間であることをけっして免れえない」<sup>49)</sup>。

すなわち、他人の心に注意を向けないことはありえない。人にどのように思われようが、自分がしたいようにすればよいと考える人は困る。他人の心に注意を向けなければ、人が離れてしまい不幸な人間になってしまうのである。

次に、アウレリウスが感情をいかに考えていたかを見てみたい。感情的になったとき、心の内で何が起こったかを理解すれば、心は乱れなくなる。

「それゆえに、情念からの自由な精神は城塞である。なぜなら、これにまさる難攻不落なものは人間にはなく、そこに退避する限り人は爾後囚虜の憂いなき者として生を送りうるであろう。されば、この事態を未だ見ざる者は無知なるものであり、すでに見ながら退避せざるものは不幸な者である」<sup>50)</sup>。

怒りや憎しみなど情念から自由になれば、怒りに駆られることもなくなるし、他者の過ちは無知により犯したものと見ることができれば、怒らずに済むといえる。

先述のようにアウレリウスは、他者に自説を披瀝したり説教したりしようとしたのではなく、自分の内面を見つめ行動を反省したりするために『自省録』を書いたのであった。その点を、どう書いているのであろうか。

「夜明け不機嫌な気分で目を醒ますときには次のことを念頭におくよう。すなわち、自分は人間としての仕事をなすために目覚めたのだ、と。されば、それでもなお、自分の生れ出てきた謂れをなすことども、この宇宙に自分が導き入れられた目的になっていることどもの遂行に赴くときに、不機嫌であるというのか、それとも、褥のなかに横たわり、ぬくと暖まるために私はつくられたというのか。『だが、それの方が快い』。すると快をたのしむためにおまえは生まれてきたのか。つまるところ、受動のためというのか、それとも活動のためなのか。おま

えは見かけないか。ささやかな植物、小雀、蟻、蜘蛛、蜜蜂がそれぞれ自分のことをなし、己に割り当てられた分宇宙の構成に貢献する様を、それでもおまえは、人間の仕事を果たそうとは思わないのか。

『しかし休むことも必要だ』。必要である。私もまたそれに同意する。しかし『自然』はまたその限度を与え、食べること飲むことの限度も与えているのである。にもかかわらずおまえは十分以上に突っ走るというのか。ところが実践行動においては、もはやそのようにせず『出来限度内で』としている。それは、おまえが自分自身を愛さないからである。さもなければ、おまえはおまえの『自然』とその意図を愛するであろうからである」<sup>51)</sup>。

彼は自分自身に「おまえ」と呼びかけ、対話している。

「褥のなかに横たわり、ぬくと暖まるために私はつくられたというのか。『だが、それの方が快い』と抵抗している。

「不可能事を追い求めることは狂気の沙汰である。だが、かかる行動を愚劣な人間が取らぬということは不可能である」<sup>52)</sup>。

かかる行動が何か、は書かれていない。ここで省略された三段論法の結論は、次のようになる。

「ゆえに愚劣な人間が愚劣な行動を取らぬことを求めるの、は狂気の沙汰である。」

次の一文からは、彼自身も人間だから怒りを爆発させたことがあったと推察できる。

「よしおまえが怒りに張り裂けようとも、彼らは変わることなくそれまでと同じことをなすであろうということ」<sup>53)</sup>。

ただし、アウレリウスは、そういう自己を肯定していたのではなかった。

「すでにおまえはこの世を去って行く時になっているであろう。なのに、おまえは未だ純粹素直でなく、不惑静心なく、外より害を受けぬかと猜疑することから解放されず、すべての人に心優しくあることもなく、賢明とは専ら正しきをなすことにありとすることもしない」<sup>54)</sup>。

アウレリウスがありのままの自分を見て、自分ができていないのを正直に書いていることに共感できる。

## 6. 哲学者として生きる

プラトンが理想とした「哲人政治」を体現した賢帝がアウレリウスであった。哲人政治を理想とし実現不可能と諦めてしまわずに、僅かなりとも前進すればよい、と考える前向きさをアウレリウスは持っていた。

「プラトンの国制〔理想国〕を望むな。むしろ僅かなりとも前進するならば、もって足れりとなせ。そしてほかならぬそのこと〔僅かな前進〕の成果をささやかなものと考えよ」<sup>55)</sup>。

アウレリウスにとって、理想は哲学者として生きることであった。しかし、皇帝として生きることが、現実の日々の仕事であった。すなわち「外見では皇帝家の一員として政治に関わりながら、心の内奥ではストアの哲人たちの生き方を希求していた」<sup>56)</sup>のである。この理想と現実の間で生きた彼の言葉は、共感できるものといえる。

「もしおまえに義母と生母がともにいるならば、義母に仕えながらも生母のもとに帰り行くことは不断のこととなろう。現在のおまえにとってそれは宮廷と哲学である。後者にしばしば戻って行きそこに身を寄せ休息を得よ。それによって、かしこのこともおまえに我慢のできるものに思われ、さらにおまえ自身もそのなかにあつて我慢のなる者と見えるのである」<sup>57)</sup>。

しかしアウレリウスは、皇帝として生きることと哲学者として生きることを別のものと考えてはいなかった。

「生きることのできるどころそこには良く生きることでもまたできる。したがって宮廷でも良く生きることではできる」<sup>58)</sup>。

見せかけだけの宮廷政治家ではなく、本来の人生だと見ていたのである。しかし、二重生活を送る葛藤を克服するのは困難であった。

「全生涯を、あるいは少なくとも若き日からこの方の生涯を、学者として暮らしたということはもはや不可能であること、それどころか自分が哲学から離れていることは、ほかの多くの人々のみならず自身の目にもはっきりしたこと、このこともまた徒な自惚れを懐かぬようにしてくれるものである。まことにおまえは世俗の塵にまみれ、哲学者としての評判を得ることはもはや容易ではない。それに生活の基盤も抗うものである」<sup>59)</sup>。

アウレリウスは、哲学に対する見方を変えようと考えていた。

「たまたまおまえが今いる生活上の境遇ほどに、哲学するのに適したものがほかにないということが、何とはっきり納得されることか」<sup>60)</sup>。

哲学では幸福とは何かについて考える。その幸福は、人間関係から離れて考えることができない。したがって、彼には皇帝としての宮廷生活こそ、哲学するのに適していたのである。

「またおまえは弁証法や自然学に長けた者になる望みを断たれたというその理由ゆえに、自由人に相応しい精

神と道義心と公共の精神を持ち神に従順な人間であることを断念してはならぬ」<sup>61)</sup>。

ストア哲学は、弁証法、自然学、倫理学に区分される。前の二者に通じることを、アウレリウスは断念した。彼は、学問研究者として哲学を学ぶのではなく、実際の人間関係の中で倫理学を学ぶというのである。アウレリウスは、人生について次のように書いている。

「人間の生命にあつて、その年月は点であり、その地は流動するもの、感覚は混濁し、全肉体の組織は朽ちやすく、魂は激動の渦巻きであり、運命は窺いがたく、名声は不確実である。これを要するに、肉体のことはすべて流れる河であり、魂のことは夢であり妄想である。人生は戦いにして、過客の一時の滞在であり、後世の評判とは忘却である」<sup>62)</sup>。

すべてが流動し朽ちやすく、不確実でしかないような人生において、哲学のみがわれわれを護衛しうるものであることを、彼は次のように書いている。

「しからば、われわれを護衛しうるものが何か。一つ、それもただ一つ、哲学のみである。その哲学とは、かの内なる神霊を辱められず傷つかぬものにし、また快樂と労苦に打ち克ち何一つでたらめになすことも、また欺瞞と偽善をもってすることもなく、他人が何かをなすかなさぬかには何も求めることにない者、かかる者として守り抜くことである」<sup>62)</sup>。

皇帝として生きる彼を、哲学が護衛するのであった。アウレリウスは、皇帝として生きながら、本来的な哲学者であろうとした。内なる神霊とは、理性のことである。

「もはや、善き人とはいかなるものかを討論するのはきっぱりやめよ。そうではなく、〔実際に〕そのような人間であること」<sup>63)</sup>。

討論をやめてしまえば、哲学ではなくなる。しかし、実践哲学であるストア哲学では、実際に善き人になることの方が重要であった。

## 7. 自然に一致して生きる—おわりにかえて—

アウレリウスは『自省録』において、いかなる態度が善い人であるかを繰り返して述べていた。ストア派の哲学は実践哲学だから、重要なのは、実際に善い人間になることであると自戒していた。

では、それはいかなることであろうか。ストア派の哲学では、「自然に一致して生きる」ことが最重要である。いかに生きることが自然に一致して生きることであるか、アウレリウスは書いている。

「おまえはそれらに気を配ることはやめ、個人的な『自



然』と普遍的な『自然』とに従って真っ直ぐな道を進め。これらの二つの道は一つのものなのである」<sup>64)</sup>。

この普遍的な「自然」とは、宇宙の秩序の法則であり、その一部を人間が「理性」として持っているという。

「宇宙の何物であるかを知らぬ者は己が何処にあるかを知らぬ者である。己が本性何のために在るかを知らぬ者である。これらのどの一つを見落としてもその者は、宇宙が何であるかを己が本性上何のためのものであるかを語りえないであろう」<sup>65)</sup>。

宇宙が何物か、自分が何処にいるのかを知らない者は、自分が本来何のためにあるのか知らない者であるという。宇宙、自然を言い換えて、また神ともしている。

「神々とともに生きること。ところで、〔神から〕与えられたものに満足し、ゼウスが己の分身として各人に監督者にして統率者にと与えたかの神霊の欲することをなす己が魂の姿を不断に神々に示す者は、神々とともに生きている。その神霊とは各人の知性であり理性である」<sup>66)</sup>。

神は己が分身である人間に理性を授け、その理性が各人を監督する。理性的存在者である人間は、過ちを犯さないようであるが、理性に従わないこともあるので、神が監督している。宇宙、自然と人間は、大宇宙と小宇宙の関係にある。これにより、人間はポリス、都市国家の市民ではなく、世界市民であるという思想になる。

「宇宙はいわば国家ということである」<sup>67)</sup>。

宇宙が一つの国家で、人間はその宇宙の一員である。

「また私の『自然』は理性的なものであり国家公共にかかわるものである。わが都と祖国、アントニヌスたる私にとってはローマがそれに当たり、人間としての私には宇宙がそれに当たる」<sup>68)</sup>。

アウレリウスは、皇帝就任時には先帝からアントニヌスの名を受け継いだ。アントニヌスたる私とは、ローマ皇帝たる私ということである。彼は、宮廷では皇帝として、さらに哲学者として二重生活を送っていた。彼は、皇帝としてもローマ帝国に属しているが、一人の人間としては大きな宇宙に属していると考えていた。

さて、情念から自由になるのは容易なことではない。実際にどのようにしたらよいのだろうか。

「瞋りに駆られるとき手もとに持つべきもの〔原則〕は以下のごとくである。すなわち、憤慨するのが男らしいのではなく、穏やかで洗練されていることこそがより人間的であると同様により男性的でもあること、また強さと体力と勇敢とがその者にあるのであって、憤怒と不満ではないことである」<sup>69)</sup>。

手もとに持つとは、ストア哲学の思想を行動の原則として持つことである。感情的になるのではなく、穏やかで洗練されていることが男性的である、という。

怒りは弱者のもので、力がある人は怒りに駆られ屈服するようなことない。したがって、次のようにいう。

「よしおまえが怒りに張り裂けようとも、彼らは変わることなくそれまでと同じことをなすであろうということ」<sup>70)</sup>。

怒りをぶつけると、問題行動をやめる人はいる。しかし、また同じことをしてしまうであろう。怒られた側はむきになって、同じことをする。相手が間違っていれば、怒る必要はなく、正しくない指摘すればよい。

「復讐する最良の方法は、〔相手と〕同じような者にならぬこと」<sup>71)</sup>。

アウレリウスは、復讐を勧めない。相手が怒ったとしても、自分も同じようにすべきではないという。では、どのようにすればよいのであろうか。

「時を分かたず波の打ち寄せる岬のごとくあること。岬は厳として存し、それを巡って潮の泡立ちも眠る」<sup>72)</sup>。

他者が何をしても言っても、岬に打ち寄せる波だと考えるべきである。厳として立っていれば、やがて波が静まる。何もせずに波が去るのを待っているのを、アウレリウスが勧めているように見えるがそうでもない。

「人々が本来的かつ有益なりと自分たちに思われるものを欲求することを許さぬとは何たる酷いことか。それにもかかわらず彼らが過ちを犯していると言っておまえが憤慨するならば、おまえはある意味で彼らがそのことをなすのを許していないことになるのである。なぜなら、彼らはいかなる場合であれ自分にとって本来のもの有益なものを見なすものへと動かされているからである。

『しかし事実はそのようなことではない』。ならば、憤慨せずして教えそして示せ。」<sup>73)</sup>。

過ちを犯していると言っておまえが憤慨するだけなら、彼らを許すことになる。だから、憤慨せずに「教えそして示せ」というのである。また、次のようにいう。

「人間は相互のために生まれたものである。されば、教えよ。さもなければ耐えよ」<sup>74)</sup>。

ここで、「さもなければ耐えよ」というのは、我慢せよという意味ではなく、誤りを教えられないなら憤慨せずに耐えよというのである。そこで、次のようにいう。

「できれば、教え匡してやれ。しかしそれができぬとあれば、そのことに対して温かい心構えがおまえに与えられていることを銘記せよ」<sup>75)</sup>。

自分も誤ることがあると知っていれば、他人の誤りに

対して寛容になることができるといえる。

### 参 考 文 献

- 1) 荻野弘之：マルクス・アウレリウス『自省録』、pp. 9－10 参照（岩波書店、2009）
- 2) 引用は次のテキストの頁ならびに巻数・章数を記す。慣例にならない、巻数を漢数字で章数を算用数字で表す。  
マルクス・アウレリウス：「自省録」、鈴木輝雄訳、pp. 10－11、一・7（講談社、2006）
- 3) 白取春彦：哲学書100冊から世界が見える、pp. 14－16 参照（三笠書房、2023）
- 4) 「自省録」、p. 84、五・18
- 5) 同前、p. 98、六・19
- 6) 同前、pp. 68－69、四・49
- 7) 同前、p. 53、四・3
- 8) 同前、p. 149、八・47
- 9) 同前、p. 65、四・39
- 10) 同前、p. 168、九・32
- 11) 水地宗明：「解説」、自省録所収、p. 305（京都大学学術出版会、1998）
- 12) 「自省録」、p. 30、二・11
- 13) 同前、p. 203、十一・16
- 14) 同前、p. 84、五・20
- 15) 同前、p. 26、二・3
- 16) 同前、p. 43、三・7
- 17) 同前、p. 64、四・34
- 18) 同前、p. 187、十・28
- 19) 同前、p. 191、十・35
- 20) 同前、p. 48、三・16
- 21) 同前、p. 32、二・14
- 22) 同前、p. 77、五・8
- 23) 同前、p. 78、五・8
- 24) 同前、p. 34、二・17
- 25) 同前、p. 55、四・10
- 26) 同前、p. 202、十一・14
- 27) 同前、p. 25、二・1
- 28) 同前、p. 138、八・9
- 29) 同前、p. 101、六・30
- 30) 南川高志：マルクス・アウレリウス、p.32（岩波新書、2022）
- 31) 「自省録」、p. 101、六・30
- 32) 同前、pp. 118－119、七・22
- 33) 同前、p. 25、二・1
- 34) 同前、p. 127、七・63
- 35) 同前、pp. 119－120、七・26
- 36) 同前、p. 127、七・63
- 37) 同前、p. 52、四・3
- 38) 同前、p. 25、二・1
- 39) 同前、p. 105、六・42
- 40) 同前、pp. 199－200、十一・8
- 41) 同前、p. 200、十一・8
- 42) 同前、p. 76、五・6
- 43) 同前、p. 58、四・20
- 44) 同前、p. 33、二・17
- 45) 同前、p. 94、六・11
- 46) 同前、p. 152、八・51
- 47) 同前、pp. 126－127、七・59
- 48) 同前、pp. 51－52、四・3
- 49) 同前、p. 28、二・8
- 50) 同前、p. 150、八・48
- 51) 同前、pp. 73－74、五・1
- 52) 同前、p. 83、五・17
- 53) 同前、p. 136、八・4
- 54) 同前、p. 64、四・37
- 55) 同前、p. 167、九・29
- 56) 國方栄二：ストア派の哲人たち、p. 197（中央公論新社、2009）
- 57) 「自省録」、p. 94、六・12
- 58) 同前、p. 83、五・16
- 59) 同前、p. 135、八・1
- 60) 同前、p. 199、十一・7
- 61) 同前、p. 129、七・67
- 62) 同前、p. 33、二・17
- 63) 同前、p. 184、十・16
- 64) 同前、p. 74、五・3
- 65) 同前、p. 152、八・52
- 66) 同前、p. 86、五・27
- 67) 同前、p. 54、四・4
- 68) 同前、p. 106、六・44
- 69) 同前、p. 207、十一・18
- 70) 同前、p. 136、八・4
- 71) 同前、p. 98、六・6
- 72) 同前、p. 68、四・49
- 73) 同前、pp. 100－101、六・27
- 74) 同前、p. 154、八・59
- 75) 同前、p. 163、九・11