

「エグゼルシス Exercise」とは何か？

——ピエール・アドにおける「精神の修練 Exercices Spirituels」を基盤として——

林 洋輔

1. はじめに

身体教育(体育)およびスポーツ関係者に親しい概念である「エクササイズ Exercise」は、一般に健康増進を目的とした一連の運動プログラムを指すものとして位置づけられている¹。しかし、その仏語である「エグゼルシス Exercise」は人間²の思考および行動の総体を基礎づける哲学の根本概念としてその実質を問う議論が国際的にいまも続く³。より精確に言えば、フランスにおける古代哲学史研究の泰斗であったピエール・

¹ Timothy Chandler, Mike Cronin, and Wray Vamplew (eds.) *Sport and Physical Education: The Key Concepts*. New York: Routledge, 2007, p.73. によれば、「人々が身体活動を発達させるために参画する、余暇時間の身体活動」とされる。拙訳、原文； A leisure-time physical activity that people engage in for the purpose of developing physical activity. なおわが国における「エクササイズ」概念の現状について寒川恒夫・友添秀則他編 『21世紀スポーツ大事典』 2015年、30-31頁参考。それによれば「エクササイズには主に次の3つの意味がある」として「1つ目は、運動課題をマスターしていく過程として、運動学習に関する内容を繰り返し実現し、学習内容を処理するメカニズムの変化を目的として試みること」であり、「2つ目は、練習過程を客観的に捉えた形式、あるいは練習過程の成果である」。さらに「3つ目は、体力の維持向上などを目的とし、比較的簡単で自動化された運動を繰り返し行うことである」。またこの語彙の学問的な状況として、「エクササイズは、1960年代後半からの運動生理学の発展を背景にムーブメントと同様に学問対象となったが、前者は特に physical exercise として、筋力・心肺機能の強化、生活習慣病の予防などに対する効果の観点から体力科学において扱われている」。執筆者は深澤浩洋氏である。

² 本稿では集合的な意味を強調したい場合に「人間」、任意の個人に関する事柄を強調したい場合に「主体」の語を使用する。

³ たとえば Michael Chase, Stephen R. L. Clark, and Michael McGhee (eds.), *Philosophy as a Way of Life Ancient and Moderns: Essays in Honor of Pierre Hadot*, Oxford: Blackwell, 2013.

アド(Pierre Hadot :1922-2010)⁴を中心として論じられた「精神の修練 Exercices Spirituels」概念の実質をめぐり、古代から現代にわたる西洋哲学⁵を議論の射程に収めつつ諸論者の検討が続けられている⁶。本稿では「精神の修練」の実質に対する新たな回答提出を企図しつつ、その予備作業として基底詞となる「エグゼルシス」概念の実質を答える。議論はアドの言及を基軸としながら進むことにより、この概念が「目標」と「意志」とを実質にする「生き方の原理」として立ち現れて来ることとなろう。

⁴ ピエール・アド自身の出自については Véronique Le Ru (éd.) *Pierre Hadot. Apprendre à lire et à vivre*. Reim : épure, 2014.を参考。

⁵ 「西洋哲学」という言い方で何をどこまで含めるのかについては議論がある。この語彙を最も概括的に考えるのならば、たとえば Anthony Kenny, *A New History of Western Philosophy*. Oxford: Oxford University Press, 2012 などの通史において論じられている哲学者たちによる学説史、とでも答えるならば、一つの答えとしては成り立つ。しかし他方では哲学の概念の変遷を辿るなかで考察対象となる哲学者たちの議論内容を通時的に検討する見方も成立する。たとえば Juliusz Domański, *La philosophie: Théorie ou manière de vivre? Les controverses de l'Antiquité à la Renaissance*. Paris: Cerf, 1996.は古代から近世初期——Domański によれば宗教改革期のエラスムスやペトラルカなど——までに哲学の概念がどのような実質を付与されつつ認識されてきたかについて論じられており、(西洋)哲学の概念を検討する際の見方の一つを提供する。なおこの概念の起源をめぐってはプラトンに影響を与えたピュタゴラスにまで議論が及ぶようである。Cf. Walter Burkert, *Platon oder Pythagoras ? Zum Ursprung des Wortes »Philosophie«*. *Hermes: Zeitschrift für Classische Philologie*, 88, 1960, pp.159-197.

⁶ アドにおける「精神の修練」の哲学分野を越えた引用事例としては Xavier Pavie, *Exercices Spirituels: Leçons de la philosophie antique*. Paris: LES BELLES LETTRES, 2012, p.17 における脚注を参考。なおフランスにおける「スポーツ哲学 Philosophie du Sport」の分野への「精神の修練」の応用を探る試みとしては、以下の資料を参照。D. Moreau et P. Taranto (éd.), *Activité physique et exercices spirituels: Essais de philosophie du sport*. Paris: Vrin, 2013. 類似の問題意識を有する先行研究として、Horst H. Hutter, *Philosophy as Self-Transformation*. *Historical Reflexions*, 16 (2-3), 1989, pp.171-198. Thomas Flynn, *Philosophy as a Way of Life: Foucault and Hadot*. *Philosophy & Social Criticism*, 31 (5-6), pp.609-622. Ruedi, Imbach, *La philosophie comme exercice spirituel*. *Critique : revue générale des publications françaises et étrangères*. 41(454), 1985, 275-283.などが挙げられる。

2. 「エグゼルシス」と「変容 Transformation」

「エグゼルシス」には辞書の見出しにおいて、「鍛錬」や「修練」などの邦訳が充てられている⁷。ラテン語の「エグゼルキティウム *Exercitium*」を淵源とするこの語⁸は、「何事かを期して或るものを鍛える、ないしはそこで自己自身を形成するための活動 Action d'exercer quelqu'un à quelque chose ou de s'y former soi-même」と総称される⁹。他方、「エグゼルシス」の動詞形である「エグゼルセ *exercer*」にはその類語として「実践する *pratiquer*」あるいは「訓練する *dresser*」など「ある規則的な運動を通じて形作る *former par certains mouvements réguliers*」といった意味が含まれる¹⁰。総じて言えば、「或ることの実現や獲得を期して鍛える」との意味内容の外延を確認することができる。

⁷ 伊吹武彦他編 『仏和大辞典』 白水社、1981年における « *Exercice* » の見出しによれば、「鍛錬」や「訓練」のほかにも「練習」や「稽古」の見出しが見られるほか、「(訓練としての) 運動」や軍隊における「教練」や「(軍事) 演習」に加えて「権力の行使 *Exercice du pouvoir*」といった使い方、宗教の文脈における「お勤め」——本稿の脚注で再掲するイグナティウス・デ・ロヨラ『靈操』 門脇佳吉訳、岩波書店<岩波文庫>、1995年、がその好例であろう——に加えて「(職務の) 執行、営業」や会計・営業の「年度」といった商業用語としても用いられる。また Günter Drosdowski (hrsg.), *DUDEN: Deutsches Universal Wörterbuch A-Z*. Mannheim: Bibliographisches Institut, 1989, S. 470.によれば「エグゼルシス」の独語に相当する《*Exerzitium*》についても第一の語義として「練習 *Übung*」が表記されており、「エグゼルシス」をめぐる語義の内包部分はおおよそ一定していると総括できる。

⁸ P.G.W. Glare, et.al. (eds.), *Oxford Latin Dictionary*. Oxford: Oxford University Press, 1968, p.641.における他方の名詞形 *Exercitus* では「身体修練 *physical exercise*」や「行使・発揮 *Exertion*」などの用例が見られる。

⁹ *Dictionnaire Littré*, entrée « *exercice* », Le Livre de Poche, 2009, p.778. 拙訳。

¹⁰ *Dictionnaire Littré*, Ibid., 2009, p.777-778. 傍点は引用者。

ところで、もしこの語彙が哲学の文脈で用いられるのなら、それは主体に「変容」¹¹をもたらすものであり、神学では時に「回心 *Conversio, Conversion*」と名指される事態へとこの「エグゼルシス」は主体を導くことになる¹²。一般に「変容」とは或る人物や事柄が「或る新しい様式 *une forme nouvelle*」¹³を示すこと、言うなら「全面的な変貌」を指すものであるが、哲学の総体を「精神の修練」¹⁴として捉えるアドは、この「修練」

¹¹ André Lalande (éd.) *Vocabulaire Technique et Critique de la Philosophie*, Paris : PUF, 1976, p.1150.によれば、「変容」には大別して2種類の用法が確認できる。すなわち、その一つは「ある形式から他の形式への変化 *Passage d'une forme à une autre*」と説明されている。他方では論理学の文脈でもこの語彙が用いられており、「ある命題もしくは代数上の公式を或る〔別の〕命題や等価な公式に入れ替える操作 *Opération par laquelle on substitue à une proposition, ou à une formule algébrique, une proposition ou une formule équivalentes*」とも説明されている。注意したいのは、この語彙は必ずしも哲学の語彙として研究者間で常識的な認知を得ている語彙ではないことである。例えば「真理」や「観念」あるいは「存在」といった語彙と同程度に認知されている語彙ではなく、むしろ「変容」という語彙を用いること自体がある特定の立場に与する宣言となりうる。実際、欧米の哲学事典のうちの次の辞典——Robert Audi (eds.), *The Cambridge Dictionary of Philosophy*. Cambridge: Cambridge University Press, 2009, Ted Honderich (eds.), *the Oxford Companion to Philosophy (New Edition)*. Oxford: Oxford University Press, 2005, および Michel Blay (éds.), *Grand Dictionnaire de la Philosophie*. Paris: Larousse, 2012, さらに Paul Edwards (ed.) *The Encyclopedia of Philosophy*, Vol.7, New York: The Macmillan Company& the Free Press, 1972 ではいずれも大見出しでの「変容」に相当する語彙を確認できず、この語彙がいわば「市民権」を得ているとは言い難い現状にある。見方を変えていえば、「変容」という語彙は以下で挙げるフーコーやアド、そして本稿で言及される Xavier Pavie といった哲学者・哲学研究者の議論を研究者が自らの立論基盤とすることの暗黙裡な宣言と指摘される可能性がある。そのことの是非は措く。

¹² Cf : Pierre Hadot, *Exercices Spirituels et la philosophie antique*. Paris : Albin Michel, 2002, pp. 223-235 および Pierre Hadot, *Discours et mode de vie philosophique*. Xavier Pavie (éd.) Paris : LES BELLES LETTRES, 2014, pp.133-137.

¹³ Le Nouveau Petit Littré, entrée « transformer », Le Livre de Poche, 2009, p.2143.

¹⁴ 『「精神の修練」としての哲学 *La Philosophie comme Exercices Spirituels*』という言い方が可能であるのは、何を根拠としてのことか。これについては、本稿が拠る「哲学」の概念の実質が古代哲学におけるそれを範とするものであり、古代ギリシア・ローマ時代——言うならタレーヌからアウグスティヌスの死に至るまでの古代——の哲学の実質が「精神の修練」として総括できるから

つまり「エグゼルシス」によって主体の「*生き方 A Way of Life/Manière de vivre*」が変容すると指摘する¹⁵。つまりアドによれば、「精神の修練」としての哲学はそれを実践する者の生き方を全面的に「変容」させるものである。「エグゼルシス」としての「哲学」に対する基本的なとらえ方をアドに訊こう。

それゆえ哲学とは知恵に達するためのその努力およびその修練における「生き方」であったのであり、そしてまた知恵そのものを目標とすることにおいても哲学とは「生き方」であった¹⁶。

である。Cf. Xavier Pavie, *op.cit.*, 2012, p.7における以下の記述を参考。「古代哲学のすべては精神の修練であり、〔それは〕自己自身あるいは他者において生き方や事が見ることへの変容を期したすべての実践を指し示す表現である。またそれ〔精神の修練〕は同時に内的なものであれ外的なものであれ、言説にして実行である」。拙訳、原文；Toute la philosophie antique est exercice spirituel, expression qui désigne toute pratique destinée à transformer en soi-même ou chez les autres, la manière de vivre, de voir les choses. C'est à la fois un discours, qu'il soit intérieur ou extérieur, et une mise en œuvre.

¹⁵ 本稿がその一例であるように、哲学研究の文脈にて「変容」の語彙が用いられる場合、その用例の多くは古代哲学にて任意の主体による「*生き方*」もしくは「*考え方*」の根本的な変貌の指摘される場合に登場する。ミシェル・フーコー 『主体の解釈学 ミシェル・フーコー講義集成 11』 廣瀬浩司・原和之訳、筑摩書房、2004年における本編および622頁以下の訳者解説を参考。

¹⁶ Pierre Hadot, *op.cit.* 2002, pp.290-291. 拙訳、原文；Manière de vivre, la philosophie l'était donc dans son effort, dans son exercice, pour atteindre la sagesse, mais aussi elle l'était dans son but, la sagesse elle-même. アドは他の箇所でも同様の言及を繰り返している。Pierre Hadot, *op.cit.* 2002, p.290.では次のように指摘する。「哲学とは生き方であり、その生き方とは単にある種の道徳的な振る舞いをのみ意味するものではない。(...)哲学とは世界のなかでの〔任意の人間の〕有り様であって、その瞬間ごとに実践されねばならないものであり、〔その人間の〕生のすべてを変革しなければならないものである」。仏語原文は以下。“elle [la philosophie] est une manière de vivre, ce qui ne veut pas dire seulement qu'elle est une certaine conduite morale...elle [la philosophie] est une manière d'exister dans le monde, qui doit être pratiquée à chaque instant, qui doit transformer toute la vie.”

「哲学する *philosopher*」とは「知恵を求めゝる生き方」の實踐を意味するものである。というのも、目標としての「知恵」の獲得を目指すための手段ないしは行程としての哲学の位置づけが上のアドの指摘より読み取れるからである。また「哲学する」ことの目標とされた知恵について、アドによれば「知恵とは単に認識をもたらすばかりではなく、[われわれを] 違つたように在らしめゝる¹⁷⁾」ものとされる。小括的に言えば、知恵を求めゝる生き方の實踐である「哲学する」ことによって、人間の「生き方」、言うなら「在り方」に変容がもたらされる。というのも、「哲学する」過程において随時に知恵が主体へともたらされるからであつて、その知恵が主体を変容させるからである¹⁸⁾。それゆゑ知恵を求めゝる「精神の修練」としての哲学とは、それを實踐する主体の「生き方」を変容させる哲学であり、基底詞である「エグゼルス」は人間の「生き方」に「変容」をもたらすものと言へる¹⁹⁾。

しかし「精神の修練」としての哲学が、つまりは「エグゼルス」が主体の生き方を「変容」させるものであるとして、なぜこの「エグゼルス」が本稿の序論で指摘

¹⁷⁾ Pierre Hadot, *Ibid.* p.291. 拙訳、原文 ; la sagesse ne fait pas seulement connaître, elle fait « être » différemment.

¹⁸⁾ この主張については Xavier Pavié, *op.cit.* 2012, p. 15. における以下の言及——「精神の修練とは (...) 個人を巻き込み、同時に回心させる *les exercices spirituels, ...engagent et même convertissent l'individu*」——とする言及を参考。知恵とは修練としての哲学の過程で得られるものとされる。

¹⁹⁾ この主張の傍証としてアドの次の言及——Pierre Hadot, *op. cit.*, 2014, pp. 199-211. における «Les Philosophes antiques», p.207——を参照したい。「古代において、哲学者とはそれゆゑ必ずしも教授あるいは著述家ではない。たとへ教育あるいは著述に携わるのでなくとも [哲学者とは] 何より自らの意志で選んだ或る生のスタイルを有する人間のことである (拙訳、原文 ; Dans l'Antiquité, le philosophe n'est donc pas nécessairement un professeur ou un écrivain. C'est avant tout un homme ayant un certain style de vie, qu'il a choisi volontairement, même s'il n'a pas enseigné ou écrit.)」

されたように「原理」であると言えるのか。次節ではこの問いに対して検討を加えることで議論を進めよう。

3. 「生き方の原理」としての「エグゼルシス」

「精神の修練」としての哲学とは、一方で「知恵を求める生き方の実践」がその実質をなし、他方では古代における「学派 l'école」にて講じられ、また実践されたことが明らかにされている²⁰。そして各学派で学ぶ者においては、任意の哲学——学派毎に内容を違える「精神の修練」としての哲学——を志すことが同時に当の主体における「生き方の選択 le choix de vie²¹」を意味する。つまり、任意の学派へ入門することは自らの「生き方」を根本から規定する哲学の選択と同義であり、選択によって定まる生き方に即して日常を送ることが「哲学する」ことであった。このことについて、アドの言及を以下に引こう。

それぞれの学派は生の選択を通じて、或る実存的な選択肢を通じて定義され特徴づけられる。哲学とは知恵への愛とその探求であり、知恵とは精

²⁰ Cf., Hadot, op.cit. 1995, p.161. 「哲学が実現され得るのは、学派のなかでの生活の共同体および師と門弟たちとのあいだでの対話を通じることによるのみである」拙訳、原文：La philosophie ne peut se réaliser que par la communauté de vie et le dialogue entre maîtres et disciples au sein d'une école.

²¹ アドによるこの指摘については、わが国の研究者においても類似の主張が見受けられる。納富信留 『ソフィストとは誰か?』 筑摩書房<学芸文庫>、2015年、135-137頁において「生の選択」との表現が用いられている。具体的には、「「哲学者」とは、人間の生のありかたを意味していた」とする議論が行われている。納富もアドの議論を知悉していたと本稿は推測するが、20世紀の時点ですでにアドが主張していた「生の選択」との議論に即して記述を進めたい。

確には或る生の様式である。それゆえ各学派に固有の最初の選択とは、或る知恵のタイプの選択である²²。

知恵を愛し求めることが「哲学の生」の実質であり、知恵とは「魂の完璧に平穏な状態 un état de parfaite tranquillité de l'âme²³」であって、「知恵」を求める行程において各学派は方針を異にする²⁴。そしてその違いを特徴づけるのが各学派で実践されてい

²² Pierre Hadot, op.cit.1995, p.161. 拙訳、原文 ; chaque école se définit et se caractérise par un choix de vie, par une certaine option existentielle. La philosophie est amour et recherche de la sagesse, et la sagesse est précisément un certain mode de vie. Le choix initial, propre à chaque école, est donc le choix d'un certain type de sagesse.

²³ Pierre Hadot, *Qu'est-ce que la philosophie antique*. Paris : Gallimard, 1995, p.161.以下でも述べられるように、古代における哲学には知恵に到達することで魂の平安を得ること、およびその裏返しとして人間が自らの内に抱える不安や恐れを除去することが一つの課題であった。周知のように哲学における「知恵」は「治癒」の性格を有するものとして医学とも関連づけられることが知られており、哲学における「治癒」言うなら「治療」の性格を強調した文献としては以下の文献が参照されよう。André-Jean Voelke, *La philosophie comme thérapie de l'âme : Etudes de philosophie hellénistique*. Paris : Cerf, 1993. およびアドも「精神の修練」の系譜に位置づける近代のルネ・デカルトにおけるエリザベト宛て書簡の研究——Yaelle Sibony-Malpertu, *Une liaison philosophique : Du thérapeutique entre Descartes et la princesse Élisabeth de Bohême*. Paris : Stock, 2012.を参考。議論の焦点を古代に絞ったものとしては Jackie Pigeaud, *La Maladie de l'âme : Étude sur la relation de l'âme et du corps dans la tradition médico-philosophique antique*. Paris : LES BELLES LETTRES, 2006.などを参考。

²⁴ 各学派における「哲学」の個性が現れることを意味する。たとえばプラトンのアカデメイアでは単に学究的生活のみならず政治活動への参画の意図されていたことがアドにより指摘されている。Cf. Pierre Hadot, op.cit. 1995, pp. 96ff. 彼の言葉で言えば、「プラトンの意図のはじめは政治的なものである L'intention initiale de Platon est politique」として、アカデメイアで行われる学究および対話活動の先に門弟の政治への参画が期されていたことがアドの議論から確認できる。この点については Pierre Hadot, *l'enseignement des antiques, l'enseignement des modernes* (拙訳:『古代の教育・近代の教育』、未邦訳), Arnold I. Davidson, Frédéric Worms (éd.) Paris: Éditions Rue d'Ulm, 2010, pp.21-22 参考。他方、Pierre Hadot, op.cit.1995, pp. 123ff.において、アリストテレスは学問を通じた「観想 *Contemplatio*」を希求する生き方を門弟たちに求めている。アリストテレスと教育との関係

た「精神の修練」、すなわち「エグゼルシス」としての哲学である²⁵。このことはまた「エグゼルシス」としての哲学がそれを学ぶ人間の生き方を根本から規定する「原理」としてはたらくことを意味する²⁶。アドによれば、「価値判断を変えるため人間は〔自

について論じたものとしては数多いが、議論の端緒としては総論的な Werner Jaeger, *Paideia: the Ideals of Greek Culture*, Vol. I-III, Gilbert Highet (trans.) Harvard University Press, 1965.のほか、H.I. Marrou, *A History of Education in Antiquity*. George Lamb (trans.) the University of Wisconsin Press, 1982. また John Patrick Lynch, *Aristotle's School: A Study of a Greek Educational Institution*. Berkley: University of California Press, 1972, pp.68-105., Richard Bodéüs, *the Political dimensions of Aristotle's Ethics*. Jan Edward Garrett (trans.), Albany: State university of New York Press, 1993, pp.47ff. およびアリストテレスにおける教育論に議論を重点化したものとしては Otto Willmann. *Aristoteles als Pädagoge und Didaktiker*. Berlin: Reuther & Reichardt, 1909.などがある。またエピクロスおよびストア派について Pierre Hadot, op.cit. 1995, p.162.ではエピクロスの教えを奉ずる者は「あらゆる人間の活動を動機付ける快樂の探求 la recherche du plaisir qui motive toute l'activité humaine」——この「快樂」の実質が感覚的ないしは官能的なものでないことはもはや注釈を付すにも及ばないが——に知恵の実現を求めている。またデカルト研究者として令名の高い Geneviève Rodis-Lewis にも *Épicure et son école*. Paris: Folio Essais, 2005.などがある。

²⁵ Pierre Hadot, op.cit. 2002, p.163 における脚注で触れられているように、ストア派の哲学者ムソニウス・ルフス (Musonius Lufus) には「修練について *De l'exercice*」との著作が確認されており、哲学における「エグゼルシス」の性格はストア哲学において最も看取されるとも言えるかもしれない。この著作において彼は「身体修練 l'exercice physique」についても言及しているが、これは「(身体の) 不調や空腹、渇きに慣れる s'habituer aux intempéries, à la faim, à la soif」ことを目的としたものであって、現代のわれわれが「身体修練」の語によって想起するような「練習」あるいは「訓練」とは意味合いの異なることに注意しておきたい。このルフスはエピクテトスが師事したことで知られており、両者の交わりについては Arrien, *Manuel d'Épictète: Introduction, Traduction, et notes* par Pierre Hadot, Paris: Le Livre de Poche, 2000, pp.16-18.参考。なお Pierre Hadot, op.cit. 1995, p.163.において、アドによればストア哲学が「ソクラテス的な伝統 la tradition socratique」を継ぐことにより、「善への愛が人間存在における最も重要な本能である l'amour du Bien est l'instinct primordial de l'être humain」」との見解のもとに哲学の生を認めている。

²⁶ 最も著名なものはキケロの『ホルテンシウス』を読んだアウグスティヌスがそれまでの生き方を根本的に「変容」した事例である。アウグスティヌス 『告白(上)』 山田晶訳、中央公論新社<中公文庫>、108頁以下参考。また同書、246頁以下においてアウグスティヌスがミラノでアンブロシウスの説教を聴講した果てにキリスト者となる件も、あるいは「変容」の一事例と言えるか

らの考え方および在り方すべてを変える] 根本的な選択をなさねばならない²⁷」とされる。そして「この選択が哲学の選択であり、これによって人間は内的な平和や魂の平穩に達する²⁸」ものである。つまり、各学派で実践された哲学とは知恵を求める「修練 *Exercices (askêsis, melete)*」であり²⁹、そこで実践された「エグゼルシス」としての哲学が主体の「生き方」を根本から、言うなら思考と行動の総体にわたって規定する。アドの次の言及はこのことを裏付ける。

もし哲学が哲学者による知恵を求めて自らを修練する活動であるならば、その〔哲学の〕修練は必ずしも単にある仕方で話したり論じたりすることばかりではなく、或る仕方で在ること、活動することそして世界を見ることから成り立つものだろう。それゆえもし哲学が単なる言説ではなく生の選択であって実存的な選択肢でもあり、また生きられた修練でもあるのならば、その理由は哲学が知恵への渴望だからである³⁰。

もしれない。アンブロシウスの説教の内容については本稿では立ち入らないが、説教の一事例を知る縁として次の文献がアドの校訂と序文によって編まれている。Cf., Ambroise de Milan, *Apologie de David*. Marius Cordier (trad.) Paris: Cerf, 1977.

²⁷ Pierre Hadot, op.cit.1995, p.162. 拙訳、原文 ; pour changer ses jugements de valeur, l'homme doit faire un choix radical.

²⁸ Pierre Hadot, Ibid. 1995, p.162. 「人間は内的な平和や魂の平穩に達する」とは主体が哲学を通じて「知恵」を獲得した状態を指す。拙訳、原文 : Ce choix, c'est la philosophie, c'est grâce à elle qu'il atteindra la paix intérieure, la tranquillité de l'âme.

²⁹ Pierre Hadot, op.cit. 1995, p.276. Pierre Hadot, op.cit. 1995, p. 291 によれば、ギリシア語における *askesis* は英訳で *exercise, practice, training* を意味する。

³⁰ Pierre Hadot, op.cit.1995, p.334. 拙訳、原文 ; Si la philosophie est l'activité par laquelle le philosophe s'exerce à la sagesse, cet exercice consistera nécessairement non pas seulement à parler et à discourir d'une certaine manière, mais à être, agir et voir le monde d'une certaine manière. Si

以上から知恵の探求を期す「生き方」として実践されるものが「精神の修練」つまり「エグゼルシス」としての哲学であり、この「生き方」の実践によって主体に変容がもたらされる。そして主体に変容をもたらす「エグゼルシス」とは「知恵の獲得」という目標へ向けて生きる人間の「生き方」をいわば根本から規定する原理、踏み込んで言えば「生き方の原理」とも言える。なぜなら人間が知恵を求めて或る生き方を選択しその行程を歩むことにおいて、その生き方は自らの決断によって選ばれ実践される「エグゼルシス」としての哲学により規定されるからである。

それでは、人間の生を規定する「生き方の原理」として「エグゼルシス」が位置づけられるのならば、その概念の実質とは何か。問いの形で言い直すならば、「エグゼルシス」概念の実質における何を根拠としてこの概念が「生き方の原理」と言えるのか。次節ではこの問いに回答することで結びとしよう。

4. 目標と意志

「エグゼルシス」としての哲学の典型とされる後期ストア派の哲学者たち³¹のうち、とりわけセネカ(Lucius Annaeus Seneca. B.C.4-A.D.65)はその書簡において、人間に対する哲学の寄与を次のように述べている。

donc la philosophie n'est pas seulement un discours, mais un choix de vie, une option existentielle et un exercice vécu, c'est parce qu'elle est désir de la sagesse.

³¹ ストア哲学にはアドが「精神の修練」の事例として著作の至るところで言及する。たとえば Pierre Hadot, op.cit. 2014, pp. 199-211. また関連文献としては、Elen Buzaré, *Stoic Spiritual Exercises*, North Carolina: LULU, 2011. を参考。また近年のストア哲学研究では、以下の先行研究を基本的文献として挙げる事ができる。William B. Irvine, *A Guide to the Good Life: The Ancient Art of Stoic Joy*. Oxford: Oxford University Press, 2009. Martha C. Nussbaum, *the Therapy of Desire: Theory and Practice in Hellenistic Ethics*. Princeton: Princeton University Press, 2009. また心理療法士

哲学は民衆におもねる技巧ではない。ひけらかしのために考案された技巧ではない。それは言葉ではなく事実のうちに存する³²。 (...) それは魂を形作り、組み上げ、人生を案配し、行動の指針を示し、なすべきことと捨てるべきことを教え、舵の前に座を占めて危険な潮流を切り抜ける針路を定める。哲学がなければ、誰も不安や心配なく生きることはできない。一時間ごとにも出来る無数の事柄が思慮を求めるとき、それは哲学に求めねばならない³³。

(Psychotherapist)によるストア哲学の応用としては Donald Robertson, *Stoicism and the Art of Happiness*. London: Teach yourself, 2013. またストア哲学をはじめ古代哲学の現代的・実際的応用を試みるものとして Jules Evans, *Philosophy for life and other dangerous situations: Ancient Philosophy for Modern Problems*. California: New World Library, 2012.などが挙げられる。

³² セネカのこの言及について言えば、哲学とは論ずることではなく人間の行動のうちにその結実を見出すと解釈したい。論拠としてはルキウス・アンナエウス・セネカ 『セネカ哲学全集 5 倫理書簡集 I』 高橋宏幸訳、岩波書店<岩波文庫>、2005年、76頁の以下の記述を参考。「哲学が教えるのは行為であって言辞ではなく、[哲学が]求めるのは、各人が自身の掟に即して生きること、言動にも背かず、自己矛盾もない生き方をすること、すべての行動に一貫した様式があることだ。われわれがなすべき最大の義務、知恵を示す最大の証左は何か。それは言葉と行為の協調、いかなる場合も自分自身と寸分違わず、変わらないことだ」。この直後に語られる彼の記述——「君の生き方の物差しを一つだけつかみ、君の人生のどこもその基準からはずれぬようにしたまえ」——は、「精神の修練」が「生き方としての哲学」の実質をなすことの端的な証明と考えることができる。小括的に言えば、William Jordan, *Ancient Concepts of Philosophy*. London: Routledge, 2004, p.151ff.において指摘されているように、セネカを含めたストアの哲学者は一方で「偉大な体系構築者たち the great system-builders」であるが、Arnold I. Davidson, *Preface*, in Pierre Hadot, *Philosophy as a Way of Life*. Oxford: Blackwell, 1995, p.23.にて指摘されるように、生を歩む上でのいわば実践知である「生の技法 Art of living」にも彼らは知悉していたと言える。

³³ ルキウス・アンナエウス・セネカ、同書、2005年、61頁。

上の言及にて確認される「魂を形作り、組み上げる」こと、そして「行動の指針を示し、なすべきことと捨て置くべきことを教える」ことが哲学の人間に対して果たし得る役割である³⁴。ところで、着眼したいのはこの言及が任意の主体による「エグゼルシス」の結果として、言うなら「知恵を愛し求める」生き方の応報として当の主体にもたらされることの開示であることだ。つまり「エグゼルシス」における何らかの実質の結果として、セネカの指摘に見られる哲学の人間に対する寄与が果たされたものと考えられる。そこで「エグゼルシス」概念の実質を明らかにするための一つの視角として、「知恵の研究」を哲学の実質とし書簡にてセネカの著作を詳解³⁵もしたデカルト(René Descartes ;1596-1650³⁶)の知見を引き合いとしつつ、またアドの議論をもにらみつつ議論を進めてみよう。

³⁴ 哲学が人間の挙措や振る舞いさらに生き方に対して導きを与えるとする指摘はセネカに限らない。たとえば同じストア哲学に分類される弁論家・哲学者のキケロ(Marcus Tullius, Cicero. 106-43, B.C.)における『トゥスクルム荘談論』の劈頭——Cicero, *Tusculan Disputations*, J.E.King (trans.) Cambridge : Harvard University Press, 1966, p.3——においても哲学に人生の導きをもたらすとの役割が指摘されている。また人間をいわば「嚮導」する役割は哲学に対してのみ課されていたわけではない。例えば古代期においては神話のうちに、あるいは音楽のうちに人間における生き方の指針を示唆するものが包含されていたことも指摘することができよう。Cf. Ilsetraut Hadot, *The Spiritual Guide*. Margaret Kirby (trans.), in *Classical Mediterranean spirituality: Egyptian, Greek, Roman*. London: Routledge & Kegan, 1986, pp. 436-459.

³⁵ デカルトは1645年8月18日付エリザベト宛て書簡において、セネカの『幸福な人生について *De Vita Beata*』を詳解しその著作にみられる「善」の概念について論究を加えている。

³⁶ デカルトとアドにおける「精神の修練」との結びつきを論ずる研究は欧米にて数多い。わが国のデカルト研究者では津崎による以下の論文——Tsuzaki Yoshinori, *L'Exercice chez Descartes : Méthode, Anthropologie et Morale*. Thèse pour obtenir le grade de Docteur de l'Université de Paris I, 2009.——にてデカルトとアドとの関連が指摘されるほか、アドもデカルトにおける『省察』の構想および『方法序説』第三部における道徳の規則に対するストア哲学の影響を指摘する。Cf., Pierre Hadot, op.cit. 1995, pp.395ff. そのほか欧米文献では以下のものがあり、一部を挙げるに留める。Denis Moreau, *Dans le milieu d'une forêt : Essai sur Descartes et le sens de la vie*. Paris : Bayard, 2012,

「健康の保持」や「あらゆる技術の発明」、そして自らの「生活の導き」に有益とされる「知恵」の実質について、デカルトはそれを「日常生活の分別」ばかりではなく、「人が知りうるあらゆる事柄についての完全な知識」とみなす³⁷。他方、知恵が完全であるためにはそれが「第一原因」から導かれることが必要であるため、その第一原因である「原理」の発見が求められる³⁸。そして周知のように彼における第一の原理は「この<思い>があること、つまり存在すること³⁹」であり、彼の主著『省察』にて示されるこの第一の原理を探求する際の次の言及は「エグゼルシス」概念の実質を明らかにするための重要な手がかりをもたらす。

私は努力して、昨日踏み入ったのと同じ道をさらに進もう。すなわち、
ほんのわずかでも疑いの余地のあるものはすべて、これを私がまったく偽

p.239. Zeno Vendler, *Descartes' Exercises*. *Canadian Journal of Philosophy*, 19(2), 1989, pp.193-224. また、デカルトとイグナティウス・デ・ロヨラにおける『靈操 *Exercitium Spiritualia*』との関連を示したものとしては Bradley Rubiage, *Descartes' Meditations and Devotional Meditations*. *Journal of the History of Ideas*, 1990, 51, pp. 27-49. L. J. Beck, *the Metaphysics of Descartes: A Study of the Meditations*. Oxford: Oxford University Press, 1965, pp.30-31. Arthur Thomson, *Ignace de Loyola et Descartes: L'influence des exercices spirituels sur les œuvres philosophiques de Descartes*. *Archives de Philosophie*, 35, 1972, pp.65-81.

³⁷ 邦訳はルネ・デカルト 『哲学原理』 山田弘明他訳、2009年、12頁。

³⁸ René Descartes, *op.cit.* 1996, p.55.

³⁹ René Descartes, *Ibid.* 1996, p.55. 邦訳における「思惟」を「<思い>」と改訳した。両者の意味内容は同じであるが、本稿による改訳の経緯については村上勝三 『デカルト形而上学の成立』 講談社<学術文庫>、2012年、3頁の「第二版序文」における以下の記述に負う。「訳語の変更のなかで大きいものは、「*cogitatio*」に「思い」を当て、「思惟」を当てなかったこと、「*extensio*」に「広がり」を当て「延長」を当てなかったことである。その理由はわれわれの日々直面する最も頻繁な知覚現象の形式が「広がりを感じる」と表現されるからである。「延長を思惟する」という表現は抽象的であり、だからといって精確さをもっているわけではない」。

なるものと確認した場合と同じように取り除こう、そして、ついには何か
確実なものを知るまで、あるいは他に何もできないとするなら、少なくと
も確実なものはないということ自体を確実に知るまで、さらに歩みを続け
よう⁴⁰。

「学問においていつか確固として持続するものをうち立てる⁴¹」ために記されたこの
言及において、自由の地位を与えられた「意志」がデカルトの思索の根底に存するこ
とを確認できる⁴²。すなわち、第一の原理を見出すための省察に「頑強に固執して⁴³」
とどまり、「偽なるものに同意しないことは私にはできる⁴⁴」と述べる彼において、意
志の自由であることが「わたし」という存在の発見を基礎づけることはデカルト研究
史にて確認されている⁴⁵。このデカルトにおける揺るぎない目標の設定およびそれへ

⁴⁰ ルネ・デカルト 『省察』 山田弘明訳、2008年、43頁。

⁴¹ ルネ・デカルト、同書、2008年、41頁。

⁴² Denis Kambouchner, *Les Méditations métaphysique de Descartes : Introduction générale Première Méditation*. Paris : PUF, 2005, p.155. Kambouchner は デカルトの『省察』における彼の意志につ
いて« attention (注意の集中) »の語を指摘し、関連の箇所として Pierre Hadot, op.cit. 2002, pp.19ff.
を指示——つまりデカルトの『省察』がアドの「精神の修練」の実質と関連づけられることを指示
——する。

⁴³ ルネ・デカルト、同書、2008年、41頁。

⁴⁴ ルネ・デカルト、同書、2008年、41頁。

⁴⁵ 『省察』と同時期に執筆された『哲学原理』第一部第8項の見出しによれば「われわれは疑わし
いものに同意を拒み、かくして誤謬を避けることができる自由意志をもっている」。ルネ・デカル
ト、前掲書、62頁による訳者解説によれば、デカルトにおいて「人間が自由か否かは問題ではな
く、すでに自由は経験されている」とされる。確実なものを求めて疑いの道に入るデカルトは意志
を自由なもののみならず、この第8項の後半部には次の記述を確認できる。「(...) われわれ
は自らのうちに次のような自由があることを経験している。つまり、明らかに確実ではなく吟味さ
れていないものに信を置くことをさし控え、かくしてわれわれがけっして誤らないよう用心する

の到達を目指す自由意志とはアドにおける「精神の修練」の定義——「個人の変容、自己の変容を期して行われる個人的にして意志による実践 *une pratique volontaire, personnelle, destinée à opérer une transformation de l'individu, une transformation de soi*⁴⁶」——と呼応する。つまり、「エグゼルシス」概念にはいわば「揺るぎない目標の設定とそれに向かう自由意志」の存在が認められるのであって、これが「エグゼルシス」概念の実質をなすものである。踏み込んでまとめると、「揺るぎなき目標の設定と自由意志の発動」との下に人間における思考と行動の総体——言うなら「生きること」——の行われる限り、この「生きること」を基礎づける「生き方の原理」、つまり「目標」と「意志」とをその実質とする「エグゼルシス」概念の実質を確認できるのである。

5. おわりに

本稿では次のことが明らかにされた。第一に、「エグゼルシス」とはそれによって主体に完全な変貌つまり「変容」の果たされる契機となるものである。第二に、この概念は「精神の修練」としての哲学を実践する主体の「生き方の原理」である。第三に、「目標に向けた自由意志の発動」が「エグゼルシス」概念の実質をなす。人間が

ことができる自由である」。したがって、デカルトにおいては人間における自由意志を前提として「エグゼルシス」が遂行されていることになる。

⁴⁶ Pierre Hadot, *La philosophie comme manière de vivre : Entretiens avec Jeannie Carlier et Arnold I. Davidson*. Paris: Albin Michel (biblio essais), 2001, p.154. 斜体は引用者。なお英訳——Pierre Hadot, *The Present Alone is Our Happiness*, Marc Djaballah and Michael Chase (trans.), Stanford: Stanford University Press, 2011, p.87.——では 以下のように定義される。 “I would define *spiritual exercises* as voluntary, personal practices intended to bring about a transformation of the individual, a transformation of the self.” 英訳イタリックは原文。アドによるこの定義は、彼の他の著作でも確認できる。Pierre Hadot, op. cit. 1995, p.276. によれば、「自己の変容をもたらすことが目指された個人的にして意志による実践」とされる。拙訳、原文： des « exercices » (*askesis, meletê*), c'est-à-dire des pratiques volontaires et personnelles destinées à opérer une transformation du moi.

「思考」し「行動」すること、つまり「生きる」ことの根底には「目標の設定と自由意志の発動」とを実質とする「エグゼルシス」が存するからである。

以上から「エグゼルシス」概念の実質を問うことに対し、「目標に向けた自由意志の発動を実質とする、『生き方の原理』である」と結論づける。

以後はアドを始めとする思想研究を通じ、この概念のさらなる検討が進捗する⁴⁷。哲学史の随所に確認される「哲学すること」それ自体が「エグゼルシス」の具体的事例だからである。

⁴⁷ 哲学研究の問題としてより詳細に議論をするならば、「エグゼルシス」における「判断の位置づけ」がクローズアップされる。本稿でデカルトを引用したところから言えば、本稿の最終回答は「目標と意志」であるがデカルトにおける判断は彼の『省察』「第四省察」からもわかるように、「知性」と「意志」との協働作業である。したがって「エグゼルシス」の実質に「意志」と対をなす「知性」がどのように関わるのか、そして「知性」をその一部とする「判断」の位置がどのように議論されるのかについては、今後の検討を期したい。