

کتابخانه عمومی دانشگاه تهران
A Guide to the Good Life
The Ancient Art of Stoic Joy
William B. Eaves
Oxford University Press, 2009

فلسفهای برای زندگی

روش‌های کهن رواقی برای زندگی امروز



ویلیام بی. اروین

ترجمه محمد یوسفی



فهرست

- مقدمه مترجم ۱۱
- سپاسگزاری ۱۹
- مقدمه ۲۱
- طرحی برای زندگی ۲۱

بخش اول: پیدایش مکتب رواقی

۱. اشتیاق فلسفه به زندگی ۳۷
۲. رواقیان نخستین ۵۱
۳. مکتب رواقی رومی ۶۷

بخش دوم: فنون روان‌شناختی رواقی

۴. تجسم منفی ۸۹
- بدترین اتفاقی که ممکن است روی دهد چیست؟ ۸۹
۵. دوگانگی کنترل ۱۱۱
- در باب شکست‌ناپذیر شدن ۱۱۱
۶. تقدیرگرایی ۱۲۷
- رها کردن گذشته ... و حال ۱۲۷

۷. خویشتن‌داری ۱۳۵
- رویارویی با وجه منفی لذت ۱۳۵
۸. تأمل ۱۴۵
- مراقبه، تمرین مکتب رواقی ۱۴۵
- بخش سوم: اندرز رواقی**
۹. وظیفه ۱۵۵
- در باب عشق به هم‌نوع ۱۵۵
۱۰. روابط اجتماعی ۱۶۳
- در باب مواجهه با دیگران ۱۶۳
۱۱. توهین ۱۷۱
- در باب تحمل حرف‌های تحقیرآمیز ۱۷۱
۱۲. غصه ۱۸۳
- در باب غلبه بر اشک با عقل ۱۸۳
۱۳. خشم ۱۹۱
- در باب غلبه بر ضدشادی ۱۹۱
۱۴. ارزش‌های شخصی ۱۹۹
- در باب شهرت‌طلبی ۱۹۹
۱۵. ارزش‌های شخصی ۲۰۷
- در باب زندگی مجلل ۲۰۷
۱۶. تبعید ۲۱۹
- در باب تغییر محل ۲۱۹
۱۷. روزگار پیری ۲۲۵
- در باب تبعید شدن به خانه سالمندان ۲۲۵

۱۸. مرگ ۲۳۵
- در باب سرانجامی خوب برای زندگی خوب ۲۳۵
۱۹. در باب رواقی شدن ۲۴۱
- آغاز کنید و آماده استهزا شوید ۲۴۱

بخش چهارم: مکتب رواقی برای زندگی امروز

۲۰. افول مکتب رواقی ۲۴۹
۲۱. تجدیدنظر در مکتب رواقی ۲۶۹
۲۲. عمل به آموزه‌های مکتب رواقی ۲۹۵
- منابعی برای مطالعه رواقیان ۳۲۵
- منابعی برای مطالعه بیشتر ۳۲۷
- نمایه ۳۳۱

مقدمه مترجم

مکتب رواقی، همراه با آکادمی افلاطون، لوکتوم ارسطو و باغ اپیکور، یکی از چهار مکتب عمده فلسفی در یونان باستان بود که قریب به سیصد سال به رشد و بالندگی خود در آن سرزمین ادامه داد. سپس بین رومیان مقبولیت فراوان یافت و نزدیک به دویست سال با استقبال جمعی کثیر از اندیشمندان آن دیار روبه‌رو شد؛ از دولتمردی چون سنکا (۴ق.م - ۶۵م) گرفته تا برده‌ای آزادشده همچون اپیکتتوس (۵۰-۱۳۸م)، و امپراتور روم مارکوس آورلیوس (۱۲۱-۱۸۰م). خوشبختانه آثار این سه نویسنده به دست ما رسیده است؛ آثاری که از دوره رنسانس به این سو، تحسین بسیاری را برانگیخته است. گرچه فلسفه رواقی در کل پیچیده است و مباحث بسیاری، از متافیزیک و کیهان‌شناسی گرفته تا دستور زبان را شامل می‌شود، آثار این سه رواقی بزرگ روم بر اندرزه‌های عملی و راهنمایی کسانانی تمرکز دارد که در جستجوی بهروزی و خوشبختی‌اند.

به یاد دارم هنگامی که دانشجوی فلسفه بودم بعد از مطالعه و بررسی اندیشه‌های ارسطو در کتاب درسی آن دوره که عمدتاً تاریخ فلسفه‌ی فردریک کاپلستون بود، نوبت به فلسفه‌های بعد از ارسطو می‌رسید که مکتب رواقی بخش نسبتاً عمده‌ای از آن را به خود اختصاص می‌داد. در آن کتاب