

진정한 자유를 추구한 노예 출신의 철학자

에픽테토스

(Epictetos, 55~135)

이번에 소개할 인물은
어떻게 마음의 평화를 이룰 것인지를 고민하였던
스토아학파의 대표적인 학자 에픽테토스입니다.

그는 모든 일이 운명적으로 결정되어 있다고 보았습니다.

어떤 사람이 나의 컵을 깨뜨렸다면,
그 컵은 깨져야 할 운명에 따라 깨진 것뿐입니다.

그렇기에 그것을 깨뜨린 사람을 싫어하거나,
컵이 깨졌다고 슬퍼할 필요가 없다는 것이지요.

이처럼 에픽테토스는

모든 일은 이미 결정되어 있다는 운명론적 세계관을 통해
요동치는 감정과 욕망에서 벗어나 자유로울 수 있었습니다.

“행복해지려면 자기 뜻대로 할 수 있는 일에만 집중하라.
불행은 우리가 바꿀 수 없는 것에 집착할 때 생겨난다.”

이처럼 에픽테토스는 세상의 일은 결정되어 있지만,
나의 태도, 생각, 믿음, 마음 등의 정신적 요소들을
스스로 결정할 수 있다고 생각하였습니다.

우리가 겪는 인간관계에서도 마찬가지입니다.
에픽테토스는 자신의 마음을 바꾸는 것은 할 수 있는 일이지만,
다른 사람의 마음을 바꿀 수는 없다고 보았습니다.
이처럼 그는 남의 생각이나 어찌할 수 없는 것에 신경을 쓰기보다
나를 변화시켜야 한다고 주장하였습니다.

