Plató per aconseguir un projecte étic comú construeix la teoria de les idees. La qual és influïda per la doctrina del panta reí (tot flueix) d’Heràclit, la idea de l’existència i cognoscibilitat de l’ésser de Parmènides, la concepció de la filosofia i l’interés per els matemàtiques de Pitàgores i la vida exemplar de Sòcrates.

La teoria de les idees és una teoria sobre el coneixement (epistemologia) i la realitat (ontologia) que avarca també altres camps del pensament de Plató com la cosmologia, la doctrina de l’ànima o l’ètica. La teoria és explicada en diversos diàlegs –no sempre coincideix en tots els aspectes- .

Plató pretén explicar quina classe de coses existeixen veritablement, per què són, com són i com podem conèixer-les. Afirma que una cosa és x perquè participa e la idea d’x. Les idees o formes o essències són entitats universals,eternes i immutables. Només poden conèixer-se a través de la raó, no dels sentits.

Dins la teoria de les idees trobem dos móns: el sensible, el món de l’aparença, format pels cossos materials i sotmès a un continu procés de canvi, de constant fluència, i el món intel·ligible de les idees o formes pures, incontaminades de matèria del qual el món sensible només és una copia imperfecta.

La relació entre tots dos móns s’explica amb la manifestació de les idees en les coses sensibles. Plató també utilitza el concepte d’imitació (mímesis) o semblança.

A la cúspide del món intel·ligible hi ha la idea del Bé també anomenada Bellesa, que és la idea que il·lumina tant el món sensible com el mateix món de les idees i representa l’última finalitat, la raó de ser de tot el que existeix.

El coneixement segons Plató és reminiscència, és a dir, record, ja que aquest afirma que l’ànima en una existència anterior a la vida terrenal ha contemplat les formes i en encarnar-se en un cos mortal, les oblida, ara bé, en veure els objectes materials les recorda.

Existeixen dos tipus de coneixement més que alhora es divideixen en dos tipus més. Aquests són representats al símil de la metàfora de a línia. Un coneixement és el verdader del món intel·ligible, que es divideix en idees pures i en objectes matemàtics. L’altre és el del món sensible, que es divideix en coneixement dels cossos materials i en el dels reflexos de les coses materials.

Al mite de la caverna Plató representa a uns pressoners dins d’una caverna. Aquests viuen cara a una pared i no saben res més del que veuen. Un d’aquests s’escapa i veu la llum del Sol. El Sol representa la idea el bé, el món intel·ligible, i els presoners que continuen dins la caverna, que no volen conèixer, el món sensible del coneixement imperfecte.

L’ànima la qual ens proporciona coneixement, és immortal i dividida en tres parts: la part racional, que ens mostra el camí cap al coneixement;la irascible, que és la que ens proporciona força de voluntat; i la concupiscible, que és la causa que ens fa desitjat. Al diàleg Febre es representen les tres parts de l’ànima simbòlicament: la irascible és un cavall blanc,la concupiscible un cavall negre y la racional l’auriga que manté en equilibri els dos cavalls (els dos coneixements). Aquí trobem el dualisme antropològic, d’influència Pitagòrica: L’ésser humà està format per dos components diferents:la raó i els apetits físics.