



「内からの欲求」と「外からの制約」を調和し、
苦悩の意味を変容させるなかで、幸福の総和は広がります。
その過程で重要な働きを担うのが、私たちの品性なのです。

精神医学者ヴィクトール・フランクルによると、私たち人類は苦悩のなかにある時でも、現実を受け止め、生きる希望を見つけて前に進む努力をしてきたといえます。例えば、新たな物事への挑戦や、出会いやつながりの再発見によって、出来事の意味そのものを変容させて、負担を軽減できるということです。

このように、私たちは「内からの欲求」と「外からの制約」を調和し、苦悩の意味を変容させることで、よりいっそう幸福を感じるのかもしれませんが、それが日常の場であっても、人生の転機と思えるほどの出来事であったとしても、自分の人生に自分で意味づけができた時に、新たな一歩を踏み出すことができるのではないのでしょうか。

人生に豊かで深みのある意味を付与し、内と外の調和を図ることで、変化のなかでも立ち止まることなく、自暴自棄にならずに人生と向き合うことができるのです。

次号では、苦悩の意味の変容にかかわる「品性」についてみてみましょう。

- 第一部 基礎編
- 第二章 幸福をもたらす品性
- 一、幸福の実現と生きる意味の探求

モラロジー研究所の概論講座で使用されるテキストが、平成27年4月より改訂『テキスト モラロジー概論』となります。幸福と品性の関係が示される第二章のうち、今月は「幸福の実現と生きる意味の探求」について、図で考えてみましょう。



モラロジーを楽しく、平易に学びたい——。そんな要望にお応えして、この連載では改訂『テキスト モラロジー概論』の内容を図で解説します。ご自身の学習に、あるいは勉強会の資料としてご活用ください。

構成＝「れいろう」編集部

幸福の総和を広げるために

—— 苦悩の意味を変容させる

道の科学センター 教育研究室研究助手 きのしたじょうこう 木下城康

私たちが幸福になるにはどんな条件が必要なのか、考えたことはありませんか。果たして自分の欲求を満たした時だけが「幸福」なのでしょうか。

どうもそうではないようです。確かに私たちは、日々の生活のなかでさまざまな欲求を満たしながら生きています。心理学者のアブラハム・マズローは、私たちの基本的な欲求を図の五段階で説明しています(図①から⑤)。

大切なことは、ある程度欲求が満たされると次の段階に関心が移り続けることです(図：外向きの矢印)。欲求は自分の理想や価値を追求し、望む姿に成長しようとする自己実現に向かって、生理的欲求から順に、私たちの内側から一定の行動へと駆り立てる原動力になっているのです。

ところが、これらを制限するものが日常には溢(あふ)れていきます(図：内向きの矢印)。突然の病の宣告や企業の倒産など、自分の力では対処しきれない出来事もあるでしょう。苦悩に浸って立ち止まってしまいうこともあるかもしれません。