

第 10 回 (12/10) 幸福について 1 ——選択と幸福

1. BBS 投稿から

「自由に生きる事や自分勝手に生きる事は幸せだと思っていたが実際はそこまで幸せとは感じず寂しさがあるのではないかと今回ディスカッションをして思った…。」

「自分の思うままに生きるのは素敵だし、憧れでもある。しかし周りに迷惑をかけてまで自由に生きたいとは思わない。」

「自分の思うままに生きることが素晴らしい価値観だとは思わない。…思うままに生きられたところで、どこかで誰かに迷惑を掛けているのではないかとも思えるので、他者からみたら素晴らしいと思えないのではないだろうか。」

「全て自分の思うがままに、好きなように生きてしまうことは、小さい子がおもちゃを一人占めして周りに譲ったり出来ないことと似てる気がした。好きなことを独占して貫いてる自分は楽しいが、少し周りを見ればそんな自分を疎ましく見ていることに気が付く。それに気が付くことができないのは大人になれない大人の証拠だと感じた。なので私は、自分の思うままに生きる事への素晴らしさという価値観には共感出来なかった。」

「何にも縛られずに生きるということは正直羨ましいと思ったが、実際そういう風に生きていくとやっぱり 我慢することを学ばず、まともな大人になれない 原因になってしまうと思う…。」

「自分の思うがままに生きるのは最初は楽しいかもしれない。だが、自由でいるのが当たり前のようになり、「幸せ」という感覚を忘れていくのではないかと思った…。」

「私は何も気にせず自由に生きたいとも思うけど、充実感とか達成感を得たいと思うならある程度縛られた方が解放された日に快感を得られる じゃないかなと思う。例えばバイトを週 5 でしてたとすると確かに辛いし、働きたくないとか弱音を吐くかもしれないけど残りの週 2 日友達と遊んだり思いっきり好きなことをしたりなど、そういう日に幸せを感じれるような気がする。だから 辛いことをしてる日があるからこそより一層他の日に幸せを感じれる のではないか。自由すぎるとどんどん幸せの基準が上がっていったりして幸せとあまり感じなくなる ような気がする。だから私はある程度の組織に属することも自分の幸せにつながると思った。」

「高校生の時は自由に過ごしたいという思いが強く、校則を守らなかったり遅刻を繰り返したりしていたが、それが後に良くない結果になったり、そこから何もが上手くいかない時期があり、自由は大切だが自分のことを大切にするように少し厳しくしたりも大事だと思う。」

「自由に好きなことだけで生きていけたらそれは最高だし誰もができることならそうしてと思う。しかし実際に中学で頑張りすぎて高校は遊んでばかり過ごしていた私はどこかで「何か 1 つ頑張ることが欲しい、このままでいいのか、この三年間を無駄にしていないか..?」と思うようになっていた。一度頑張った経験がある人 はどうしてもどこかモヤモヤしてしまって、やりたい事だけで過ごすというのは難しい気がする。」

「勝手気まま、思いのまま、自由に生きるとあるが、自分の思うがままに生きられるのは楽しいことかもしれない。だが、自分勝手にやってもそれが他人に迷惑をかけている時もあると感じた。また、自分の好きなことを好きなようにする(イヤなことキライなことを避ける)という生き方とあるが、イヤなことを避け続けたら、本当に避けられない事が起きた場合、どのように乗り越えて行けばいいのか分からなくなる と思った。生きていく上でイヤなことは当然あるし、それを乗り越えた人の方が人生を充実出来てる のではないかと考えた。」

「やりたい事だけやっていたいという気持ちはもちろんあるけど、やりたい事だけをやって嫌な事を先延ばしにしたり、全くやらないという選択をしたら、危機的状況になった時困るのは自分だと思う。…普段から自分に甘えて楽してる人より一生懸命努力している人の方が人生は上手くいくのかなと思う。」

「…自分の思うままに生きることは確かに素晴らしいことではある。だけどそうやって自分に甘い環境で社会に出て、そのまま自由に生きると いつか挫折を味わう日が必ず来る。自由は必要だが大人になるためには自由な我慢も必要であると思った。」

「何かに縛られていると自由になりたいと感じ、自由を手に入れても最初は幸福を感じるが、次第に何かをする達成感や目標がない虚しさが出てきて、より自由を手に入れようとして不幸になっていくと思った。」

「「自由に生きる」とは、自分に起こる全てのことに 100%責任を持つということだと思う」

「自由に生きることに憧れることはある。しかし、そういう生き方をするには 自分の行いに責任を持つ覚悟 と 自分をコントロールすること が必要だと考える。それができないと自分が良ければいいという自分本位な考え方も生まれてしまうと思う。また、そういう考え方になった瞬間にそれは自由ではなく単なる自分勝手になってしまい、他者に迷惑をかけることになるのではないだろうか。」

「やりたいことを自由にやれる事は素敵だと思うし、いつかは自分もやってみたいと思うけど、周りの大人や大切な人たちに迷惑をかけてまでは自由にしないでいいかなと思った。個人的に自由は 縛られたルールの中でセーフラインを探すのが自由 だと思っているので、自分の理由で周りを振り回すのは違うかなと思った。」

「自分の思うがままに生きようともそうでなく生きようともどのみち嫌なことは必ず起こるし、何かしら起こることに自分で責任持って対処していくことができること、誰にも迷惑かけずに、不快な思いをさせずに住むならばどちらの生き方でも良い気はするが、人によって迷惑や不快と思う定義は人それぞれだから、そこが悩ましい所だと思う。」

「自由に生きていい人は、人に迷惑をかけるかかけないかの目に見えない境界線を越えないようにできる人 だけだと思う。人に迷惑をかける自由は欲しいと思わない。」

「自由気ままに生きてるって、響きが良くて理想ではある。ただ周りがそれを不満で迷惑だと感じたら自分勝手になってしまうのは、感じ方は人それぞれだし境目が難しいかなと思った。自由気ままに生きるの前に大前提で常識や道徳心を持つことが大切 だなと思う。」

「どこかに属していることで幸福感を得るというのはそのとおりだと思う。どこにも所属していなかったら、自分がいなくなっても誰も気付かれない。どこかに所属していることで生きてていいんだとなる。」

「自分勝手に生きることは、どこまでいっても 自分ひとりで、他者との関わりを自分から絶つことになる ので、幸せにはなれない。人は他者との関わりがないと、自分自身のことも知ることができなくなるので、それは幸せとはいえないと思う。」

「ディスカッションで「貢献していると感じる人は帰属意識が高く、犠牲にしていると感じる人は自由に生きたいと思う」という意見が出た。現在の人は社会に対する貢献度を感じる事が少ないため自由に生きたいと考えるのではないかな。」

「社会問題となっている過労死の一因として、犠牲になるのが当たり前という価値観にとらわれすぎているというものがあるのではと考えた。周りに迷惑を掛けることは良くないが、時には人のためでなく自由に過ごし自分自身を大切にすることも必要だと思う。犠牲と自由どちらか極端になるよりも2つのバランスをとりながら生きる

というのがいいのではないだろうか。」

ほか多数

過去の投稿から

「私は欲を満たすことで心も満たされることもある。例えば、絶対に欲しい物や絶対に食べたい物があった時、それを手に入れ自分の物になった時は欲も心も満たされる。」

「本当に許されるなら、自分の好きなことだけして自由に生きたいです。好きなところに行って、好きな物を食べ、好きな物を買うだけでもとても幸せになれます。なぜ欲を満たすだけでは心は満たされないと言い切れるのかわかりません。組織に属し“貢献している”人でも毎日死んだような目をして、この人幸せなのかなと思うような人はたくさんいるし、無理やり貢献させられてるんじゃないくて、自分の意思で貢献したいと思ってやっていないと幸せは感じられないと思いました。」

「自分の思うがままに生きることが素晴らしいという価値観で生きている人のことについてですが、わたしはやっぱり 自分の周りに迷惑さえかかっていなければ、自由ワガママに生きることが悪いことだとは思いません。自分の周りが、そのワガママな自分を心から受け入れてくれているなら、それでいいです。幸せの価値観は他人が決めることではないと思うし、自分が「幸せなんだ」と思えば幸せだと思います。」

「勝手きまま、思いのまま自由に生きることは誰もが憧れることです。でも、それは憧れであるから成立するものであり、実際に自由に生きると「もっと、もっと」という欲が増えてしまうのではないのでしょうか。それが、好き勝手してる人は満たされないというのに結びついているのだと思いました。また、好き勝手に生きている人は 周りに迷惑をかけているという自覚がないんだと思います。自分というものをしっかり持っていて、「自分」が正しいと考えているからです。だから、「自分」が決めたことは突き通すし、それで周りに迷惑がかかっても、「どうして自分が悪いのか」「私は間違っていない」と考え、ますます組織に属することが難しくなるのだと考えました。」

「今回の議題で見落としがち且つ重要な点は「自由に生きる」と「好き勝手に生きる」の区別だと思いました。本来の意味での「自由」とはある程度の縛りの中で成立する のであって、周囲を顧みずただ自分のしたいように行動することとは根本的に中身が異なっている と考えます。素晴らしいと思われるような「自由な生き方」は一般的に前者の生き方を指しているのではないかと思います。」

2. 確認：議論の方法 ——何を話せばいいのか（再掲）

筆者の主張（相手の発言内容）に対する

① 質問

- ・ 言葉・用語の意味がわからない
- ・ どういうことを云っているのかわからない（説明があいまい、具体性に欠ける…）
- ・ こういう理解でよいのか（説明が不十分なので精確に理解できない）

② 共感

- ・ この主張、この指摘、この言葉はそのとおりだと思う。的を射ている。
- ・ これに関連して、このような事例も挙げられる／こういう言い方もできる

③ 疑問・批判

- 根拠は？
- 5W2H
- こういうふうに考えることもできるのではないか… etc.

cf. “5W2H” の発想 （以下、たとえば）

When

- 昔からそうなのか
- その解釈は今もあてはまるか

Where

- どの社会・地域にもあてはまるか
- 全国一律にそうなのか

Who

- 誰にもあてはまることなのか
- 誰がみても、そういえそうか

What

- 何を云っているのか（正確な理解。著者が主張しているのはどのようなことか）
- 何に対してもあてはまるか

Why

- なぜそういえるのか（根拠）
- なぜその現象が起きるのか（原因）

How

- どんなメカニズムでそうなるのか
- どのように考えるべきか

ホントに？

- ホントにそういえるのか
- 解釈や根拠に誤りはないか

3. 議論・検討の趣旨確認 ——本講のねらい（再掲）

社会学的な検討（←社会学的発想・思考）

- 価値意識・社会的意識についての考察
- その価値意識が形成・流布される社会的な背景要因

4. 本日の資料 —— 論点整理

トピックの趣旨

資料

- 「自分で何かを選ぶこと自体が執着を生み、苦しみを生む」 (著者の仏教解釈)
- 「何かを好み、何かを嫌うというのは、心の安定を妨げる」 (同上)
- 選択できないものに時間を費やしても意味はない
- 人生とは、生まれおちた場所や出会った人々によってある程度決まってしまうもので、自分で選べる範囲なんて大したことではない
- 最善の選択を考え始めると、迷い苦しみ、結局選んだ後もマイナスの感情に苛まれて、幸せを感じにくくなる
- 苦しんでいるのなら、最善を選ぶ必要はないと考えることが、苦しみから解き放たれる助けになる
- 我々は常に『最善』を選ぼうとするが、それは人生において『最善』のことではない

5. 参考： 自己決定フェティシズム (再掲 第5回)

「自己決定フェティシズム」

「自分のことは自分が決める」という自己決定権に対する固執

「私は私の運命の支配者である」という自尊感情

「自己決定することはいついかなる場合でもよいことである」という信憑

「自己決定したことであれば、それが結果的に自分に不利益をもたらす決定であっても構わない」

6. 検討・考察

意見交換のタスク

7. 参考文献

MSN ドニッチ！

(<http://donicchi.jp.msn.com/opinion/goodwill3/article.aspx?cp-documentid=250096120&page=0>, 2012/12/16)

E.フロム、日高六郎訳、1965、『自由からの逃走』東京創元社

R.N.ベラー、島蘭進・中村圭志訳、1991、『心の習慣』みすず書房

J.S.ミル、塩尻公明・木村健康訳、1971、『自由論』岩波文庫
I.バーリン、生松敬三他訳、1971、『自由論 1・2』みすず書房
井上達夫、1999、『他者への自由』創文社
数土直紀、2000、『自由の社会理論』多賀出版
数土直紀、2005、『自由という服従』光文社新書
仲正昌樹、2003、『「不自由」論 ——「何でも自己決定」の限界』ちくま新書
大屋雄裕、2007、『自由とは何か ——監視社会と「個人」の消滅』ちくま新書
橋本努、2007、『自由に生きるとはどういうことか』ちくま新書

8. 次回の予告

12 月 17 日 幸福について 2 ——自由と幸福

以 上

【授業 HP】 <http://t-enomoto.la.coocan.jp/komajo/>

【BBS】 <http://9021.teacup.com/tenomoto4/bbs>