

## 第 11 回 (12/17) 幸福について 2 ——自由と幸福

### 1. BBS 投稿から

「今回は授業でウクライナ民謡を扱った。この民謡の登場人物は現代の私たちの姿ではないのだろうか。国に対して税金は払いたくない、保険料も払いたくない。しかし、社会保障など国に面倒をみてもらいたい。そんな私たち国民の矛盾を表しているのだろう。」

「選択肢が多いのと少ないのでは一見多い方が幅が広がり良いと感じるが、選択肢が多いければ多いほど悩む時間が長くなる。そのため、選択した後でも本当にこれで良かったのか、あっちの方が良かったのではないかと、また悩むことになる可能性が高いと感じた…。」

「選択肢が多いことはいいことだと思う。選択肢を広げる工程が視野を広げてくれるしその中で自分が自信を持っていれる選択をする力にもなると思う。」

「自分で物事を選択できるエネルギーが無いのは心が豊かではないと感じた。自分で決めた事の先が幸せだろうがそうでなかろうが、物事は良いもしくは悪いのどちらかに必ず転ぶし、結果は誰にも読めないと私は考える。だから些細な事でも用意された答えを貰うより自分で取捨選択する生き方のほうが幸福度は高いと思った。」

「選択肢が沢山あるのは幸せな事だと思う。確かに間違えた選択をすることもあるかもしれない。しかしそれもいい経験になったとプラスに思えばいいし間違った選択をしてしまったらまた違う選択肢を探せばいい。自分が幸せだと思えるまで選択し続ければいいと思う。」

「洋服が 3 枚しかないという状況は確かに楽かもしれないが、その 3 枚を着回すという選択肢を選ばざるを得ないということだ。一方で洋服が 100 枚あればその中から毎日組み合わせを考えても良いし、面倒であれば 100 枚のうちの数枚を着回しても良く、多くの選択肢から自分の好きに選ぶことができる。それしか選ぶことができない状況と比べると、自分の好きに選べる状況の方が幸せなのではないだろうか。」

「選択肢ができるということは少なくとも悪いことではない。でも選択肢があるからこそ、人は悩んでしまい、その選択が自分にとって最善であったのか、正しかったのだろうかと後から思い返してしまうのだと思う。また、選択直後は自分の最善を考えた末の選択であるため、一時的に幸福感を得ることはできると思う。ただその後はどうなるかというのはやっぱりわからなくて、良い結果ならばあの選択は間違っていなかったと思うし、悪い結果であればそういう運命だと思うしかない。誰も後者のような経験があるから人間は余計に悩んでしまうのではないかと思った。」

「選択によっては後悔することや、現状より辛い状況にはなるかもしれないが、それらの原因は選択かもしれないがそこからまた変えることはできるのだから、やらない後悔よりもやった後悔をできるので選択ができることは最終的に幸せなのではないかと思う。」

「人は選択するから個性を表せたり、失敗したとしてもその経験をまた次に生かせ、よりよい選択ができるのだと思う。自分の意志で自由に選べる権利があるというのは幸せなことだと考えた。選択しないことは、楽ではあるが、決められたことだけしかできなくなってしまうのではないだろうか。自分でなく誰かに決められた人生は幸せとはいえないのではと思った。」

「自分の選んだ選択の先に不利益が待っていることは幸福ではないし、そのようなことは起きない方がいいが、自分で決めたことならば後悔が少なくなるから、自分で選んだなら不利益が待っていてもいいという考えになった」

のではないかと思った。選択においてどれかが確実に正しいという保証はない。選択をしなくていい生活が楽だとも思うが、私は自分の意思が何もない毎日は生きていて楽しくないのではないかと思った。」

「選択肢が多すぎるとたくさん悩んでしまうと思う。また、選択肢が制限されていると決めやすい時もあるかもしれない。一番大切なのは、自分が選択したことに自信を持って、もし何か違うと思った時は他の選択肢もあるし、選択肢次第で成功することができたり、幸福を感じることができると考えた。」

「選択肢がないよりはあることの方が幸せだと感じる。だからといって選択肢が自由過ぎて、自分が分からない（何を選んでいいのか）ときは決めきれず中途半端になることもありうる。特に就活はそうなのかもしれない。けど、何かを選択し、今の現状不幸と思うかもしれないが、されが何十年後になって幸福になることもありえるのかなと思いました。」

「私は生きるか死ぬか、ということすら人間は毎日選択しているのだと思っている。そういった生死の選択すらすることが出来ない人も世界に居る中で、選択をして生きていけるというのは幸せなことなのではないかと思う。

「選択肢がたくさんあることは、幸せなことであると思う。人生において選択する場面は幾度とある。現代の私達は選択肢が多くあることに對し選ぶのが面倒くさいとか、決まっていた方が楽とか思いがちであるが、選択肢があることは、選択肢がないよりも得るものが大きいと思う。自分が選択したものに正解も間違いもない。どれを選んだにせよ、幸せと思うところも失敗して後悔するところもどちらもあると思う。選択した未来は自分の行動で良くも悪くも変わってくる。選択肢がなく決められた道をただ進んでいくだけでは面白さも頭を使うことも楽しさも幸せもない。選択肢があり、どれかを選んだその後の未来がどうなるかわからないからこそ選ぶ価値がありまた幸せと思えるのではないか。」

「選択肢が多い方が自分をより成長させることができると思うのでわたしは最初から決められているものよりもこちらの方がいい。…自分の選択によって自分を苦しめることももちろんある。その時は過去の自分をももちろん恨むが、そんな時に“あの時選択を間違えたからもうどうしようもない”と思うのではなく、そこからまたどう仕切り直すかが重要だと思う。間違えたら間違えたるの経験ができるし、正直なことが正解かなんてやらなければわからないから失敗の中にある成功を味わえる人生の方が辛い思いもあるが人生としては楽しいと思う。」

「選択肢が多い世の中になったからこそ社会が複雑になった訳で、どの道を選ぼうとも結局は自分自身で人生を切り開いていかなくてはならないと思う。」

「選択肢が多いという時代に生まれて楽しく選ぶことができるけれども、それに対して選ぶのがめんどくさいという形で選択肢が多いのが嫌だということも分かる気がする。だが、選択をしないということは人間に生まれた以上無いことだと思う。考えないという仏教の道を進むことを決めるということにも選択をしている。その意見には大いに頷いた。結局のところ人間は選択せずにはいられないのだと思う。」

「昔は親の仕事を継ぐのが当たり前となっていて、将来の選択肢がなくて不自由にも思えますが、今の時代は逆に職業の選択肢が多すぎて選べない、自分が将来何をしたいかわからないという人がたくさんいると考えます。選択肢が多すぎるのは動きづらくなるのではないかなと感じました。」

「選択肢が沢山あるのは幸せなことだと思うが、私はその選択肢を沢山与えられると不安がいっぱいになるので、出来れば全て周りの人間に決めてもらいたいと思っている。自分の意見がある時はなんとなくで伝えるが、基本的には自分が責任を負いたくないので全部決めてもらいたい。」

「個人的には自分の人生の中で重要度の高いことはこだわりを持って選べばいいだろうしそこまでこだわりのない部分はあえて選ばない（選ばないことを選ぶ）選択肢を減らすという姿勢です。」

「選択肢が多くても少なくても、他人に決められた選択だったとしても、選んだものを「正解」「幸せ」だったと思

えるように行動できれば、選択肢の数は関係ないと思う。」

「選択する機会がなくなって、与えられるものだけで生きていく社会になると、個性や考える力が死ぬ。…現状打破できる可能性が少しでもあるその現状が幸せであると思う。…選択肢がなくただガムシヤラに生きることの方が、焦燥感や虚無感などの虚しさを感じるようなことはないのではないかとおもう。」

ほか多数

### 過去の投稿から

「選択肢が増えることは、幸せの幅が広がることだと思う。だから、選択肢が多いことが幸せというわけではなく、選択肢が増えることでより、幸せと捉えられるケースが増えるということだ。1/10=10/100であることと同じだ。」

「私は優柔不断で物事をきっぱりと判断することが苦手です。悩む時間が長くてその時間がとても勿体無く感じます。選べる選択肢があるのは良い事だと思いますが、選ぶ選択肢の中がどれを選んでも自分の都合の良いように動くものでなければ、良い事だとは思えないと感じました。」

「選択肢があるに越したことはない、と思っていましたが見聞を聞いていくうちに、選択しないことは楽なことなのかな、と思いました。例で言えばわたしの高校生活は選択がほぼありませんでした。規定の制服にカバンに髪型。あの時は自由が、選ぶ選択肢が欲しかったけれどそのしがらみが取れて選択肢が無数にある今、楽しい時もあるけれど面倒臭くて選択肢がなければいっそ楽なのに、と感じました。」

「必ずしも選べる事が幸福ではないと思います。選択肢があつてないような事もありますし。」

「「自分で選べる範囲なんて大したことない」というのには共感した。選ぶには、自身の力が及ぶ内容であること、そういうこともできるのだと知っているということが前提として存在する。己の世界の中から今一番正解だというものを選んでいるだけであって、選択肢はほかにもあるだろう。選択肢が広がるのは知識や欲あつてのことではないだろうか。その知識も欲も時には場を混乱させるもととなり、選択することに苦痛を感じるのはこのせいではないかとも考える。」

「正解や不正解はないのに、周りの考えにとらわれてあたかもそれが常識であるかのように見せかけの選択肢を選んではまっている。周りの意見に左右されることなく、どの選択肢を選ぶかを自ら考えることが幸せを掴むためには必要なことだと思う。」

## 2. 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」

### 選択と幸福をめぐる 2 つの矛盾

- 充実した生活と人生を目指すためには、つねに賢い選択を目指すことが必要（“ベストな選択”）

⇕

- 最善を選ぶことが最善とは限らない
- （最善を）選択することが必ずしも幸福につながるとは限らない

- 選択できることの幸福

⇕

- 絶えず選択を迫られるプレッシャー
- 無限にレベルアップし続ける欲望

### 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

今回のテーマについて

#### 資料 1

- 「強い不安」とそれに続く「出会い」
- 人は、強い不安や痛み、あるいは極度の退屈の中にいると、そこから抜け出したいというモヤモヤでいっぱいになる。そんな時、それを解決する人や方法に「出会う」と、すがりつくようにそれを選ぶ
- 不安にかられたときの人間の選択は衝動的で、冷静さを欠いている。
- 「その時の自分がしたいことをする。そのことに後悔はない」（感情的、衝動的な選択に理性的な理由をつけてしまう）
  
- 目先の欲望 ⇔ 長期的な幸せのために努力を続けたり、我慢し続けたりすること
- 「今したいこと」に従って生きていると、長期的な幸せを得られることはない。
- 「思いのままに生きる」とは目の前の欲求に振り回されることであり、リスクな生き方である

#### 資料 2

- 不安や苦痛から逃れ、安心や快樂に向かうように人は作られている（イヤになったり、うまくいなくなったら、そこから逃げる。欲しいものは手に入れ、居心地がよさそうならそこに行く）

- どんな生活をしていても、悩みの対象が変わるだけで、さほど幸福と不幸の割合は変わらない
- ①人間は足りないものがあると思うと、不幸だと感じる
  - ②不幸と感じると、そこから脱しようとする
  - ③その不幸から脱すると次の足りないものを探す
  - ④足りないものが見つからないと、退屈や、生き甲斐を失ったと感じ、足りないものが見つかるまで不幸と感じる
- 貧困や挫折などで、ネガティブなものを受け入れる経験をした人たちの方が、幸福かもしれない
- 不幸から逃げ回っている限り、幸福にはならない
- ネガティブなこと（死、不安、恐怖、裏切り、ねたみ、不健康、悲しみ、怒り…）を見ないでいることも逃げることもできない、それを正面から認め、受け入れることで、ネガティブな存在が初めて消える
- この世界はポジティブなもの、ネガティブなもの合わさってできている。それに気づき、それを受け入れない限り幸せになれない

## 5. 検討・考察

意見交換のタスク

## 6. 参考文献

MSN ドニッチ！

(<http://donicchi.jp.msn.com/opinion/goodwill3/article.aspx?cp-documentid=5794959&page=0>, 2012/12/16)

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、島藺進・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

B.ラッセル、安藤貞雄訳、1991、『ラッセル幸福論』岩波書店（岩波文庫）

アラン、神谷幹夫訳、1998、『幸福論』岩波書店（岩波文庫）

ショーペンハウアー、橋本文夫訳、1958『幸福について ——人生論』新潮社（新潮文庫）  
中島義道、2011、『不幸論』PHP 研究所  
オスカーワイルド、西村孝次訳、1968、『幸福な王子 ——ワイルド童話全集』新潮社（新潮文庫）

## 7. 次回の予告

12 月 24 日 キャリア形成とグローバリズム

以 上

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

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